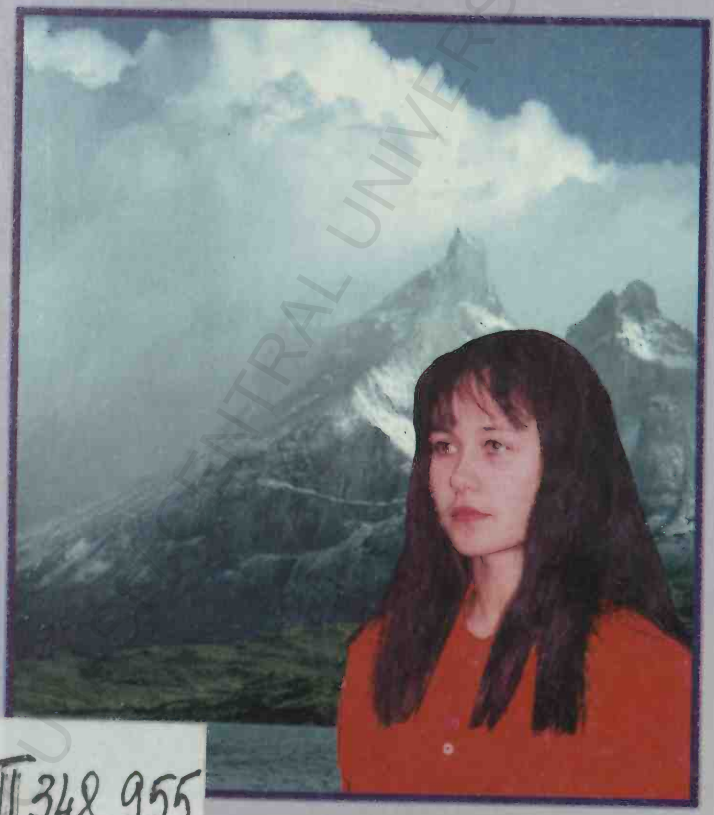
VULTUR ZM

EMMA O'HARA

ADEVĂRURI ASCUNSE

PERDEAUA IGNORANȚEI SE RIDICĂ



II 348.955

COLECȚIA ORIZONTUL CUNOAȘTERII

BUCHAREST CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

BIBL. CENTR. UNIV.
„M. EMINESCU" IAŞI
II 348.955

BCU IASI / CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

89

EMMA O'HARA

292557

ADEVĂRURI ASCUNSE

PERDEAUA IGNORANȚEI SE RIDICĂ

339048
B.C.U. IASI

EDITURA VULTUR Z M
2002

ALE

Consilier editorial: Antuaneta Lucasciuc

133.2

Redactor: Anca Mureşan, Camelia Ardelean
Culegere text: Maria Mureşan
Coperta: Marian Zamfir

Educaţie spirituală
Paraclisul

Copyright © 2001 Editura Vultur Z M
C.P. 98 O.P. 1 Deva 2700 tel. 054/224815
e-mail: fachirus@yahoo.com
http: fachirul.ebony.ro

Toate drepturile sunt rezervate editurii Vultur Z M

ISBN 973-850321-3

4 IUL. 2002

Dedicaţie

Dăruiesc această carte Voinţei Divine, deoarece a permis apariţia ei şi a hotărât ca acest mesaj să ajungă la acele persoane care sunt pregătite s-o primească şi s-o folosească aşa cum se cuvine, spre binele lor şi al semenilor lor.

Mulţumesc Fiinţelor de Lumină văzute şi nevăzute, care mi-au călăuzit paşii pe calea de lumină, iubire şi adevăr.

E firesc deci ca aici, în aceste pagini, să caut prin câteva cuvinte să-mi exprim recunoştinţa pe care i-o port prietenului drag, care cu răbdare, bunătate şi competenţă mi-a îndrumat paşii în primele ceasuri ale căutărilor, privind descoperirea posibilităţilor latente şi necunoscute ale fiinţei mele.

Ţin să mulţumesc tuturor celor care aţi dorit să vă deschideţi mintea şi spiritul pentru cunoaşterea adevărului. Împreună vom putea să vindecăm această planetă plină de suferinţe.

Mulţumiri copiilor mei şi tuturor celor care m-au ajutat să vă ofer informaţii şi tehnici utile.

Din toată inima, cu toată dragostea, doresc ca toţi oamenii din lume să fie buni, milostivi, frumoşi şi luminoşi. Doresc să-i îndrum pe calea cunoaşterii legilor universale şi ale Divinităţii.

Emma O'Hara

BCU IASI

Prefaţă

Atunci când a fost creat omul, nu i s-a îngăduit un singur lucru: cunoaşterea.

A fost de ajuns să încerce o singură dată şi de atunci nu mai cunoaşte odihna.

Viaţa capătă pentru el adevărata dimensiune numai când, mai devreme sau mai târziu, decide să treacă pragul necunoscutului. Numai acolo, înconjurat de mistere, îşi descătuşează întreaga energie interioară. Acest lucru îl face să participe şi să depăşească evenimente extrem de grele sau chiar de neconceput.

Mirajul unei astfel de căutări domină interiorul fiecărui om şi, la drept vorbind, fiecare din noi avem sădită dorinţa intimă de a fi pilotul sau măcar pasagerul unei nave cu care să explorăm Universul.

Atras de mister, omul păşeşte pe drumul cunoaşterii, călătoriile lui devenind mai mult decât o provocare a destinului. Spaţiul, timpul şi greutăţile inerente unui astfel de drum îşi pierd conţinutul. Omul se îndârjeşte tot mai mult, iar peste toate zbaterile lui pluteşte un singur lucru: **setea de cunoaştere.**

Câţi dintre noi nu s-au simţit vreodată provocaţi de dorinţa de cunoaştere, care lasă urme adânci în abisurile conştiinţei? Câţi nu am visat la cinstea sau onoarea de a sta măcar o dată la masa înţelepţilor pentru care, poate, viaţa nu are nici o necunoscută?

Când omul a realizat că între durabil şi efemer se derulează viaţa lui cu amăgiri dar şi speranţe, a considerat că doar necunoscutul îi poate da un răspuns. **Acel răspuns, ca un dar al Creaţiei, este unic pentru fiecare dintre noi...**

Mihail Ispirovici

Cuvânt înainte

Iisus: "Trebuie să cunoşti adevărul şi el te va elibera"!

Cine suntem? De unde venim? Încotro mergem? Sunt întrebări pe care şi le-a pus fiecare dintre noi şi la care nu s-au putut da decât răspunsuri parţiale. Cei care au căutat să descopere adevărul au primit răspunsuri pe calea revelaţiei, a credinţei sau a cercetării.

Ca specie, omul este forţat de împrejurări să cerceteze şi să descopere noi şi noi capacităţi, să îşi lărgească puterea de acţiune şi înţelegere, pentru a fi în măsură să împartă celor din jur pacea şi iubirea ce există în miezul adânc al fiinţei fiecăruia dintre noi. Ne confruntăm toţi cu probleme care ne pun la încercare energia şi forţa spirituală şi care ne pot ameninţa chiar existenţa, dacă nu vom fi destul de purificaţi în interiorul fiinţei noastre.

Se pare că nimic nu rezistă în vremea pe care o trăim cu toţii, deoarece nimic nu durează în timp. Relaţiile dintre oameni, structurile economice sau alte sisteme ajung, în marea majoritate, să se destrame, nereuşind să facă faţă noului ritm, unui standard superior de conştiinţă şi existenţă, specific Erei de Aur a Vărsătorului, care va marca următorul stadiu de evoluţie al omenirii. Trebuie să schimbăm felul în care ne-am raportat până acum la noi înşine şi la cei de lângă noi, pentru a putea astfel face loc păcii, atât în sufletul nostru, cât şi în lumea care ne înconjoară.

Planeta noastră este ameninţată cu moartea, iar specia umană cu dispariţia. Este necesară concentrarea şi unificarea tuturor eforturilor noastre.

Împlinirea individuală şi întregirea fiinţei umane nu se pot realiza decât odată cu identificarea noastră cu lucrurile nesupuse schimbării şi pieirii şi cu Divinitatea ce trăieşte în noi, prin infiltrarea şi integrarea acestei esenţe divine în toate straturile şi nivelele lumii fizice care ne

înconjoară. Numai atunci vom fi în măsură să descoperim şi să cinstim această prezenţă divină în toate creaturile, lucrurile şi fiinţele care există pe Pământ.

Ca fiinţe înzestrate cu spirit, în cadrul procesului nostru de evoluţie, avem misiunea de a ne integra corpul de lumină în corpul fizic pe care îl locuim. Identificându-ne din ce în ce mai mult cu esenţa de natură divină din izvorul nostru lăuntric, cu această sursă de forţă şi energie ce sălăşluieşte în adâncul fiinţei noastre, va trebui să ne creăm noi înşine o armonie intimă cu cosmosul care ne înconjoară şi ne cuprinde. Numai aşa vom putea să aspirăm la acea pace şi stabilitate care vor zidi temelia unei transformări la nivel planetar.

Vom putea în sfârşit să ne găsim locul şi menirea pe care fiecare dintre noi o avem pe această lume, creată pentru a putea fi desăvârşită.

Trăim cu speranţa că planul divin, care stă la baza tuturor lucrurilor şi care include şi viaţa noastră, se va realiza şi că voinţa lui Dumnezeu va fi împlinită, indiferent de condiţiile şi împrejurările actuale. Dumnezeu este peste tot şi orice se va întâmpla, scopul este desăvârşirea evoluţiei omenirii.

Viaţa noastră este numai o educaţie spirituală şi suferinţa face parte din ea. Să fim conştienţi că aici, pe Pământ, nimic nu este veşnic, totul este trecător. Orice suferinţă are şi un sfârşit. A spera înseamnă a crede în ajutorul Puterii Divine, dar aceasta presupune a o căuta. Deci, vă invit s-o căutăm împreună.

Cartea prezentată este un îndreptar pentru cei cu discernământ, pentru cei care nu-şi găsesc un colţişor liniştit în aceste vremuri zbuciumate. Intenţionez să tratez chestiuni vitale pentru fiinţa umană, chestiuni fundamentale ale vieţii. Ar fi bine ca ele să întărească voinţa, să călăuzească mintea, să coboare pace în inimă şi adevăr în suflet.

Nu am pretenţii spirituale, scriu pentru a da ajutor şi informaţii prieteneşti celor care doresc să înţeleagă însemnătatea lăuntrică a Universului. Nu doresc să conving pe nimeni, ci numai să împărtăşesc şi altora din adevărul pe care consider că l-am găsit, pentru ca cititorii să-l culeagă sau nu, după voie. Doresc să arăt şi altora ce pot găsi în ei înşişi, fără a converti şi nici a forţa pe cineva. Observăm că ceva în noi este nesatisfăcut şi cere o existenţă mai înaltă.

Dragi prieteni, ar fi bine să căutaţi propria experienţă spirituală, trăind acel adevăr, nu numai a-l afla. În interiorul inimii sălăşluieşte suprema divinitate. Trăind cu totul după voinţa acestei divinităţi, în viaţa noastră de toate zilele, vom fi adevăraţii ei discipoli. Să lăsăm Puterea Divină să lucreze pentru noi prin corpurile noastre. Fiecare are libertatea personală, liberul arbitru.

Pe întregul ei cuprins, prin informaţiile şi tehnicile spirituale propuse, cartea oferă cititorului calea spre comorile eterne ale spiritului, creând astfel posibilitatea autocunoaşterii.

Având în vedere unitatea perfect funcţională între corp şi spirit, practicantul dispune de capacitatea de a-şi descoperi singur realitatea divină, nemuritoare, a propriei fiinţe. Această inestimabilă descoperire constituie şi adevăratul scop al existenţei omului ca fiinţă întrupată pe acest Pământ, de a ajunge la perfecţiune şi a realiza unirea cu Divinul. Practica spirituală va determina transformări benefice, atât asupra sa, cât şi a întregii omeniri. Oricât de tainică ar fi, viaţa spirituală oferă putere şi linişte, adică tocmai aceste daruri atât de mari pe care muritorii din ziua de azi le caută cu atâta ardoare.

Pentru o mai bună înţelegere a informaţiilor transmise de această carte privind trezirea conştiinţei Eului lăuntric, interior, am considerat necesară prezentarea câtorva noţiuni de bază privind constituţia fiinţei umane, natura ei şi relaţia sa cu Universul care o înconjoară, fără a le prezenta cu lux de amănunte din punct de vedere ştiinţific.

Nu sunt scriitor şi nu am urmărit expunerea literară a ideilor.

UNIVERSUL CUNOAŞTERII

"Când visul nu i-a fost de-ajuns, omul şi-a depăşit limitele, a străpuns barierele cunoaşterii păşind în misterele necunoscutului fascinant şi periculos."

Armonie şi echilibru

Sănătatea şi longevitatea depind de menţinerea unui echilibru şi a unei armonii optime între Cele Trei Comori, între energiile organelor vitale, între corpul uman şi mediul înconjurător natural.

Calea către echilibru şi armonie este vieţuirea în acord cu natura. Prin studiul naturii, omul învaţă cum să se adapteze şi să-şi croiască drum în viaţă. Corpul uman este un produs superior naturii. Prin urmare, distrugând mediul natural în care ne ducem viaţa, ne distrugem pe noi înşine şi nici o descoperire a ştiinţei sau tehnologiei nu ne mai poate salva. Singura noastră speranţă este restaurarea demult distrusei armonii cu natura.

De câte ori căutăm în noi înşine acel loc în care să ne putem contopi cu însăşi forţa Creaţiei? De câte ori găsim pacea interioară care ne deschide inima căldurii şi iubirii trimise de Soarele central, puternicul nucleu generator de energie al sistemului nostru solar?

Sunt sufletele noastre în armonie cu lumea sau destul de largi pentru a putea cuprinde vastitatea galaxiei noastre, întregul Univers, din care Calea Lactee nu reprezintă decât un fragment sau Cosmosul Infinit, care dă chip şi viaţă întregii Creaţii? Este posibil să călătorim atât de mult în profunzimea fiinţei noastre, încât să descoperim această prezenţă de maestru şi sfătuitor care urmăreşte să ne conducă spre Lumina Conştiinţei pe cei ce-i sunt daţi în grijă? De câte ori, în clipele

grele, ne-am lăsat pe mâna "Eului nostru Superior" - cel mai mare învăţător din interiorul nostru, gândind la El şi spunând: "El ştie, El mă îndrumă acum! Nu mi se poate întâmpla nimic rău, pentru că El este mereu cu mine". Este ceea ce oamenii numesc Înger Păzitor.

Legenda spune că la începuturile timpurilor, oamenii cunoşteau foarte bine natura lor divină şi aceasta îi făcea să fie foarte puternici. Însă, omul modern a pierdut contactul cu instinctele sale, cu străvechea şi mult uitata înţelepciune ancestrală, care este înmagazinată în fiinţa umană. Putem să vorbim de o "întâlnire" la nivel psihic cu fiinţa de lumină, căreia după cum spun toate religiile, îi suntem daţi în grijă? Există îngeri? Clarvăzătorii, înţelepţii lumii, prin meditaţie, au atins lumile superioare răspunzând afirmativ la întrebarea: "Există cu adevărat aceste fiinţe?"

Invocate prin meditaţie, aceste fiinţe de lumină sunt în permanenţă la dispoziţia noastră ca maeştri, consilieri, ghizi. Sunt forme de energie conştientă care învăluie fiecare fiinţă. În întreg Universul, toate fiinţele vii sunt însoţite şi ghidate de maeştri în limita în care omul le permite, fără să interfereze cu liberul său arbitru - un dar nepreţuit, pe care Creatorul l-a făcut omului - şi cu Karma sa. Acesta este şi motivul pentru care suntem total responsabili de deciziile pe care le luăm, de acţiunile noastre, de cuvintele şi gândurile noastre. Unele din aceste fiinţe spirituale veghează la creşterea capacităţii de înţelegere a omului, urmărind să-l ajute să evolueze, iar altele îl ajută în momentele de criză interioară sau în timpul unor pericole, dacă trebuie şi dacă aceasta este în acord cu Voinţa Divină.

Îngerii sunt fiinţe spirituale care operează în plan astral şi uneori eteric. Imaginea îngerilor este formată din lumină albă, iar aura acestora este o coroană de lumină divină şi înseamnă iluminare spirituală şi o trezire a sufletului. Ea ne asigură că puterea desăvârşirii se află în noi.

Îngerul este, în primul rând, o fiinţă de o mare frumuseţe. Privind un înger, ni se umple inima de fericire şi ochii de lacrimi. Eterna frumuseţe simbolizează Adevărul Absolut a lui Dumnezeu. Prin intermediul îngerilor atingem cunoaşterea cosmosului, a unităţii tuturor lucrurilor şi a iubirii necondiţionate, ca forţă care creează şi menţine viaţa.

Cercetând şi lucrând cu îngerii, putem spera să ajungem la o mai

B.C.U. „M. EMINESCU" IAŞI

bună înţelegere a Divinităţii. Purtând în noi scânteia divină, suntem în permanentă legătură cu tot ce există. Îngerii nu se limitează să pună în mişcare energia vieţii, ci o controlează cu grijă pas cu pas. Ei deţin anumite forţe, care sunt folosite în măsura în care li se permit. Ar fi bine să ne lăsăm ajutaţi în experimentul nostru de către fiinţele de lumină.

Cum se poate comunica cu îngerii? Pentru a comunica cu Îngerul Păzitor (sau cu alte fiinţe de lumină) este necesar doar să ne gândim la el, să-i cerem permisiunea de a comunica, să-i vorbim. El este mereu în contact cu noi şi cu gândul nostru, care îl cheamă. Dacă ne gândim la El, El vine şi ne răspunde. Ei au nevoie doar de credinţa noastră şi de încrederea în ei. Trebuie doar să ne manifestăm dorinţa.

Îngerul este un mister sacru. Reprezentant al lui Dumnezeu, el deschide spiritelor porţile spre cele mai înalte tărâmuri ale supraconştiinţei, unde se face vizibilă adevărata lor măreţie şi se face înţeleasă puterea cu care acţionează. Îngerii ne vorbesc despre necesitatea de a evolua, de a ne purifica, de a deveni liberi şi responsabili, de a învăţa să-i servim pe ceilalţi.

Lumea îngerilor este alcătuită din nivele de vibraţii cu care putem intra în contact, pe baza aspiraţiei noastre spirituale. Îngerii ne impulsionează pentru a ne trezi conştiinţele. Ne invită la iubire, la rugăciune, la gândire pozitivă. Unicul lor scop este de a realiza proiectul divin pe Pământ şi în Univers, de a crea armonie şi echilibru pe planeta noastră, lucru de care este mare nevoie. Momentul este critic. Nu mai este timp de pierdut.

Îngerii au venit pentru a salva planeta şi au nevoie de toţi cei care se oferă voluntari. Îngerii ne îndrumă şi ne ajută să înţelegem că suntem cu toţii responsabili de planeta Pământ, asupra căreia ei veghează, şi ne fac să avansăm în plan spiritual, prin învăţăturile lor, prin cunoştinţele lor, care au fost încredinţate persoanelor sensibile şi de încredere. Chiar dacă oamenii par să fi uitat de îngeri, îngerii nu au uitat de oameni.

De ce să nu credem în posibilitatea miracolelor?

Cu timpul, ca efect al practicii meditative, cu toţii putem simţi acest ghid interior; ajunge doar să ascultăm în pace, linişte şi încredere, inducându-ne o stare de vid mental - mintea golită de gânduri. Cel care este convins de posibilitatea intrării în contact cu propriul Înger Păzitor,

va pleca în căutarea stării sufleteşti optime. Este important să intraţi singuri în contact cu propria fiinţă, din care poate să izbucnească vocea "protectorului", care este vocea noastră cea mai autentică, vocea Conştiinţei.

Numai de noi depinde descoperirea elementelor spirituale din fiinţa noastră, de care nu avem cunoştinţă - şi cu siguranţă această căutare va fi încununată de succes. Dominându-ne pe noi, natura noastră năvalnică şi viziunea noastră limitată, fiind mai uniţi, mai plini de iubire, miracolele se pot realiza. Vom primi invitaţia din partea fiinţelor de lumină: îngerul care stăpâneşte manifestarea Vântului, a Soarelui, a Pământului, a Apei. Este invitaţia făcută omului pentru a se integra din nou armonios în natură, înţelegând că este parte din aceasta şi ţinând cont că separarea de ea nu are nici un sens, pentru că totul face parte din Creaţie.

Lumea şi corpurile noastre au fost create pentru a putea experimenta şi exprima fericirea, bucuria Creatorului în infinitele sale manifestări. Omul se distruge pe sine pentru că se simte separat. Dar cum este posibil să ne simţim separaţi, izolaţi? Vântul face parte din noi, soarele ni se dăruie cu fiecare rază a sa şi este o parte din fiinţa noastră. Noi venim din apă, apa unindu-ne pe toţi, iar aerul ne ţine în viaţă.

Toată Conştiinţa Pământului participă la suferinţele fiecărui individ în parte. Această conştiinţă exaltă la bucuria fiecărei fiinţe şi participă la ea. Acest principiu al unităţii este exprimat şi reprezentat pretutindeni. Fiinţa noastră este integrată în fiinţa Pământ şi nu avem draptul să o maltratăm. Unitatea nu există doar pe plan superior sau inferior. Unitatea este globală, la nivel de Univers, pentru că totul este creaţia lui Dumnezeu. Este aici şi acum.

Cine perturbă proiectul global al Pământului, echilibrul anotimpurilor şi armonia tuturor manifestărilor materiale, perturbă opera sacră şi distruge speranţele legate de viitorul omului. Îngerii veghează asupra Pământului. Ei doresc să ştie că există şi vor să ajute planeta să-şi recupereze acel echilibru care a fost pierdut. Îngerii sunt fiii demni ai Tatălui, ca fii preferaţi ai tronului celest. Îngerii iubesc ceea ce Dumnezeu iubeşte, îl iubesc pe Dumnezeu, aşa cum Dumnezeu ne iubeşte pe noi. El ne-a dăruit Universul ca să-l iubim, ca să ne iubim fraţii, să iubim Pământul şi să-l protejăm.

Cratorul a dăruit fiinţelor de lumină o inimă, care este centrul iubirii cosmice. Să unim mintea şi inima noastră pentru a-i cere lui Dumnezeu Tatăl pace în Cosmos, pentru a spăla cu iubirea noastră, cu rugăciunile şi meditaţia noastră, răutatea şi ura oamenilor, pentru a cere lumină în loc de ignoranţă, iubire în loc de ură, altruism în loc de egoism.

Trezirea sufletului - Eului interior

Drumul înapoi către Dumnezeu este în puterea noastră, pentru că Dumnezeu este prezent în fiecare din noi. Unde îl putem găsi? Există un drum înăuntrul fiecăruia. Dacă urmaţi acest drum, viaţa exterioară va începe să se schimbe. Aşadar, să pornim călătoria împreună, să continuăm cercetarea ştiinţifică a Adevărului şi să găsim Forţa ultimă, care trebuie să existe ca rădăcină a tuturor lucrurilor!

Sufletul, în închisoarea sa terestră, sub influenţa lumilor materiale, a primit multe satisfacţii. Însă toate acestea nu l-au mulţumit pe deplin, nu şi-a găsit locul mult visat. L-a determinat să caute, să cerceteze, să afle. Cine este, de unde vine şi care îi este scopul vieţii pe acest Pământ? Ca răspuns al căutărilor sale, omul credea într-un spirit personal, un Dumnezeu personal (ca persoană). Când înţelege, în sfârşit, că în spatele întregii creaţii nu există decât un singur Spirit Infinit, îşi dă seama că cea mai mare zeitate este impersonală şi universală, începe să-şi amintească de reşedinţa sa divină.

Verificând cele mai vechi învăţături din lume, din zone geografice diferite şi religii diferite, toate declară în unanimitate că Dumnezeu, Soarele şi Lumina sunt sinonime.

Biblia spune că prima creaţie a fost Lumina şi după ea au urmat toate celelalte forme, cu alte cuvinte Dumnezeu nu a putut crea Universul înainte de a face lumină. Deci Dumnezeu a creat mai întâi Lumina. Cum? Din sine însuşi, din propria Sa Fiinţă, după cum îşi ţese păianjenul pânza din propriul său corp. Ţesătura este o parte din corpul său. Deci, Dumnezeu a creat lumina din propria Sa Fiinţă, Lumina fiind Dumnezeu - Fiinţa lui Dumnezeu. Creatorul a făcut Lumina şi din ea toate celelalte forme, o infinitate de forme materiale existente în Univers, inclusiv omul.

În consecinţă, începutul căutării este înăuntrul fiinţei. Să vă găsiţi atomul sacru în inimă - Eul Spiritual lăuntric, interior. Numai atunci puteţi privi iarăşi în afară şi veţi găsi Soarele, Eul Universal. Veţi vedea pe Dumnezeu în fiecare lucru şi în fiecare clipă, după ce îl veţi fi văzut în voi înşivă.

Dumnezeu este Lumina, mereu pretutindeni, pe care lumea o va găsi prin uzul inteligenţei sale şi prin căutarea adevărului.

Upanishadele, cele mai vechi scripte indiene, face aceeaşi afirmaţie: la început Brahma - "Creatorul" a făcut Lumina şi din ea a realizat celelalte forme. Tabletele babiloniene, preoţii egipteni şi druizi, alte popoare vechi declară acelaşi lucru.

Oamenii de ştiinţă ai secolului al XIX-lea credeau că structura minunată a Universului nu era decât materie, o substanţă tare şi solidă. Dar această credinţă a dispărut. Marile progrese făcute de ştiinţă au determinat adevărata sa natură. Au constatat că ea se dizolvă şi devine cel mai intangibil dintre lucruri: lumina.

Cercetările ştiinţifice au descoperit o confirmare crescândă că materia este, în ultimă esenţă, condensarea de energie radiantă, adică de lumină. În laborator, s-a demonstrat că se poate transforma lumina în materie şi invers.

Să privim structura atomului: atomul solid, socotit înainte ca materialul de bază privind clădirea Universului, s-a descompus într-un vârtejj de electroni, protoni şi neutroni. Materia a dispărut transformându-se în energie electrică, o formă de manifestare a luminii. Doctorul K. Darsow, cercetător fizician în laboratoarele Bell-Telezon, a publicat în cartea sa "Renaşterea fizicii", rezultatele cercetării sale privind transformarea materiei în energie.

Ştiinţa a demonstrat practic reacţia prin care electronii se formează din lumină. Nu se poate oare ca această reacţie să fie reversibilă, în care un electron negativ şi unul pozitiv să se întâlnească unul cu altul pe când rătăcesc în spaţiu şi topindu-se, să formeze un corpuscul de lumină? În laboratoare moderne, oamenii de ştiinţă au posibilitatea să transforme substanţa din forma sa de particule electronice, în lumină. Nici un element, nici materia însăşi, nici lumina nu sunt permanente. Toate reprezintă energia universală, în manifestări multiple, substanţa

nemuritoare care stă la baza a tot ce există în Univers.

Dacă Dumnezeu este Lumina şi dacă toate obiectele materiale, fără nici o excepţie, fie că luăm corpul nostru fizic sau biroul la care stăm, nu sunt decât condensări ale energiei radiate de lumină, tragem concluzia că Dumnezeu este prezent peste tot. Este un fapt real. Nimeni nu se poate îndepărta de Dumnezeu. Întreaga lume materială este izvorâtă din Dumnezeu, este plină de El, iar noi suntem aproape şi în Dumnezeu în acelaşi timp. Nimeni nu poate scăpa de El oriunde s-ar duce. El este infinit. Totul este în toate şi toate sunt în Tot.

Dumnezeu este o Putere Infinită, putere ce stă în spatele tuturor lucrurilor create, o putere prezentă pretutindeni şi prin urmare şi înăuntrul nostru, întotdeauna la îndemână. Oriunde mergem, Dumnezeu este acolo. Dumnezeu este Creatorul şi creaţia Sa în acelaşi timp. Acesta este Dumnezeu, este Lumina, mereu şi pretutindeni, viziunea lui Dumnezeu ca Lumină care ne învăluie şi ne pătrunde. Viziunea luminii pe care o avem, este o viziune care ia naştere în interiorul corpului nostru.

Când vedem lumina suntem încă în planul mental. Această lumină este atât de puternică, încât dacă cineva se află pe neaşteptate şi fără pregătire în faţa ei, poate orbi din cauza acţiunii reflexe asupra nervului optic, confirmă misticii din Himalaya. Însă această experienţă nu este ultima. După această experienţă minunată pe calea meditaţiei, o altă cărare se va deschide, mai devreme sau mai târziu esoterică, ce duce la ultima Realitate, la Adevărul absolut. Trebuie să găsiţi Veşnicul ce nu are început nici sfârşit. Atunci vă veţi contopi cu Dumnezeu în Realitatea ultimă.

Gândirea pune un văl între noi şi Dumnezeu, este **perdeaua ignoranţei** care se naşte odată cu dezvoltarea personalităţii, ego-ul - raţiunea propriei sale identităţi, moştenită din generaţie în generaţie. Există o singură raţiune pentru care noi suntem aici, pe Pământ, şi anume de a găsi adevăratul nostru EU Spiritual, adevărata noastră Fiinţă interioară. Acum nu trebuie să-L căutăm pe Dumnezeu ca Lumină, ci ca propriul nostru EU, ca ceva care suntem noi. Noi suntem o rază a lui Dumnezeu.

A-L cunoaşte pe Dumnezeu înseamnă a fi Dumnezeu - altfel spus,

tu şi Tatăl Dumnezeu eşti unul ca esenţă divină, tu eşti Dumnezeu încamat în materie, o contopire a razei cu Soarele. Înseamnă a descoperi şi a cunoaşte că noi înşine suntem spirit. Aceasta este cea mai înaltă stare spirituală pe care o putem atinge. Înseamnă a găsi Soarele care a emanat raza din care provenim. Până nu Îl vom găsi, vom reveni iarăşi şi iarăşi pe Pământ şi vom suferi.

Prin urmare, înainte de a începe să-L adorăm pe Dumnezeu, trebuie să uităm de noi înşine şi înainte de a ne uita pe noi, trebuie să ne controlăm gândurile şi să obţinem calmul mental.

În timpul meditaţiei ne vor trece puţine gânduri prin minte sau deloc. Încet, încet, când Dumnezeu va vedea că am depus efort suficient, va veni spre noi şi vom începe să-i simţim prezenţa. Ne vom simţi într-o tăcere divină. Vom avea perioade de sporire a momentelor de uitare a vieţii personale şi momente de tăcere divină mai îndelungată, când, vom simţi că în mijlocul acestei tăceri este prezentă o Înaltă Putere, care coboară asupra noastră. Acesta este secretul adevăratei adoraţii, simţământul că eşti ridicat de o putere înaltă. Să ne lăsăm transportaţi de acel sentiment, să ne ducă unde doreşte. Această Putere ne va scoate din personalitatea noastră, din corpul fizic şi chiar din intelectul nostru.

Să nu aşteptăm nimic psihic sau manifestaţii uimitoare de natură ocultă. Ele pot interveni, ele sunt poteci lăturalnice care ne duc în afara drumului adevăratei adoraţii. Când vom găsi adevărata adorare, ceva dinăuntrul nostru ne-o va spune - ceva impersonal, infinit şi imaterial, pentru că vom pierde pentru o clipă simţul existenţei corpului nostru.

Noi nivele ale realităţii

Calea spirituală nu este simplă, însă dacă ai păşit pe ea, nu mai ai drum de întoarcere. Înţelegând Adevărata Ta Fiinţă, vei descoperi Adevărata Libertate. Puterea este în Tine!

Vom face împreună o călătorie uimitoare, în care vei descoperi noi nivele ale realităţii. Vei înţelege că în toată materia din jurul nostru sunt vibraţii ale Unicului Câmp Universal

şi orice separare este o iluzie. Vei descoperi că Tu cel adevărat nu eşti corpul, ci Sursa care se manifestă în tine. Te surprind aceste detalii? Vei afla că trupul fizic reprezintă doar un câmp energetic, cu aparenţă fizică. El vibrează individualizat cu câmpul Universal înconjurător. Acest Câmp Universal hrăneşte continuu cu Energie Universală corpurile noastre: corpul fizic şi încă opt corpuri energetice cu energii din ce în ce mai subtile, mai fine spre exteriorul corpului fizic.

Energia Universală este energia care susţine Viaţa, furnizând energie vitală tuturor sistemelor vii. Este energia esenţială în Univers, de natură subtilă, de cele mai multe ori invizibilă, din care sunt formate celelalte energii: căldura Soarelui ce ne încălzeşte, benzina pe care o utilizează maşina, electricitatea folosită în instalaţiile electrocasnice, toate forţele de interacţiune inclusiv gravitaţia, forţa electromagnetică şi nucleară, provin din acelaşi câmp de Energie Universală care umple spaţiul şi materia.

Întregul Univers, de la stelele de pe cer până la atomii ce le alcătuiesc, inclusiv Pământul pe care trăim, precum şi corpurile noastre, tot ceea ce vedem sau nu, este alcătuit din Câmpul de Energie Universală, ce vibrează cu frecvenţe variate, adevărata sursă a tot ce există în Univers. Câmpul de Energie Universală este sursa Luminii, a materiei, a forţelor din Univers, şi se materializează în jurul nostru - mişcându-se în spaţiu ca o undă, cu oscilaţii constante. El umple tot spaţiul şi transportă energie, Energia Universală, care poate atinge nivele uriaşe şi produce un spectru larg de frecvenţe şi energii.

Câmpul de Energie Universală, la un nivel mai jos al spectrului său energetic, produce materia în Univers; deci vibraţiile mai joase se condensează în universul aparent solid, vizibil simţurilor şi conştiinţei noastre. Corpurile noastre sunt formate dintr-un câmp dens, cu vibraţii şi energii joase. La capătul spectrului energetic cu vibraţii înalte, Câmpul de Energie Universală rămâne aşa cum este, nu se materializează. Deci, aproape se păstrează în condiţiile originale, ca un câmp liber, omogen.

Acest câmp subtil înconjoară corpurile noastre şi străbate întreg Universul, fiind sursa Energiei Universale ce dă energia vitală corpurilor

noastre. Schimbul de energie în acest Câmp Universal Unic ţine de corpurile noastre în viaţă, funcţionând în mod sănătos, atâta timp cât dezechilibrele energetice sunt evitate. Dezechilibrele energetice sunt cauza îmbolnăvirilor noastre, iar Energia Universală este cea care poate aduce vindecarea, dar numai cu acordul fiinţei umane.

În concluzie, conştiinţa noastră - care doreşte sănătatea, corpurile subtile - aura şi sursa ce furnizează sănătatea prin Energia Universală, sunt părţi ale aceluiaşi Unic Câmp Universal. Toate acestea sunt conectate şi TOTUL este UNUL.

Câmpul de Energie Universală este un câmp foarte subtil, particulele sale minuscule fiind mult mai mici decât atomii. Aşadar, cele cinci simţuri ale noastre nu pot observa direct acest câmp. Le pot vedea numai clarvăzătorii. Oamenii obişnuiţi pot vedea numai manifestările acestui câmp - intensificarea sa - la energii joase, ca materie. Nu-l putem observa direct, dar putem observa efectele sale, Energia Universală în susţinerea sănătăţii şi vitalităţii corpului sau în tratarea diferitelor boli.

CONSTITUŢIA FIINŢEI UMANE

"Înţelept e omul ce, mai presus de orice grijă, o are pe aceea de a se cunoaşte pe el însuşi."

(Shakespeare)

Doctrina despre o singură existenţă şi posibilitatea de a ajunge locuitori ai Raiului prin iertarea păcatelor a adormit conştiinţa umană şi o ţine cu putere în starea de somnolenţă. Dar, cum unui nevăzător din naştere e greu să-i explici ce este lumina, tot atât de greu este să trezeşti conştiinţa adormită. Ea va descoperi o mulţime de şiretlicuri ignorante ca să dovedească dreptatea concepţiei proprii din Evul Mediu.

Dar a venit momentul cosmic pentru ridicarea conştiinţei umane pe o treaptă superioară. Aceasta nu înseamnă sfârşitul Pământului, cum eronat cred unii. Va fi sfârşitul epocii întunecate şi al conştiinţelor

adormite, pentru ca lumina şi epoca luminoasă să poată triumfa şi intra în legile sale.

Trebuie început de acolo de unde începe orice cunoaştere superioară, cunoaşterea de sine; această necesitate îi este confirmată omenirii de diferite învăţături, din timpuri antice până în zilele noastre. Înţelepciunea tuturor veacurilor indică: **"Cunoaşte-te pe tine însuţi."**

Puţini oameni au putut interpreta corect această formulă care era înscrisă pe frontispiciul templului din Delphi. Ce reprezintă acest "pe tine însuţi" pe care noi ar trebui să-l cunoaştem? Oare ar fi bine să cunoaştem caracterul, slăbiciunile, defectele sau calităţile noastre? Nu, doar dacă aceasta ar înseamna adevărata cunoaştere. Ea este necesară, dar nu şi suficientă.

A te cunoaşte înseamnă mult mai mult. Adevărata cunoaştere iniţiatică este aceea de contopire, de fuzionare prin actul iubirii. Cunoaşterea reprezintă şi o conştientizare a diferitelor corpuri din care suntem formaţi, de la cele mai dense până la cele mai subtile, înseamnă aflarea principiilor care le însufleţesc, nevoile şi stările de conştiinţă ce le corespund.

Spunând: "Cunoaşte-te pe tine însuţi", iniţiaţii sugerau că omul trebuie să se cunoască pe sine, că el nu este identic cu propria-i imagine. A te cunoaşte înseamnă a te identifica, a fuziona cu tine însuţi, cu acest Eu Superior care se găseşte în înalt, în regiunea spiritului. De aceea, el trebuie să lase deoparte tot ce este înveliş, falsă strălucire, iluzie, mergând din ce în ce mai sus până va deveni una cu spiritul său, cu Eul său superior.

Scopul iniţierii este acela de a-l învăţa pe om să se desprindă de natura sa inferioară, să vibreze la unison cu spiritul său, care este adevăratul său Eu; în acel moment, el va poseda toate calităţile spiritului, puterea, stăpânirea de sine, cunoaşterea spirituală. Fuziunea cu Eul Superior este contopirea cu Divinitatea, căci această scânteie, acest spirit existent în om nu a fost niciodată separat de Dumnezeu. Omul atinge conştiinţa supremă de a trăi şi a respira în Divinitate, pornind pe calea cunoaşterii, a regăsirii de sine.

Religiile, sistemele filozofice nu au toate aceeaşi concepţie. În

realitate nu există încă o reprezentare care să redea fiinţa umană în toată complexitatea sa. Adevărul se află la toţi, depinde numai din ce punct de vedere priveşti omul. Pentru uşurarea înţelegerii, omul se împarte în două părţi: natura sa inferioară sau personalitatea şi natura superioară sau individualitatea, eul inferior sau "ego" şi Eul Superior, Eul spiritual. Această clasificare constituie doar un mijloc comod pentru prezentarea unui anumit aspect al realităţii.

Aşa cum în domeniul geografic se folosesc hărţi, tot aşa din punct de vedere iniţiatic se folosesc diferite scheme sau clasificări ce definesc fiinţa umană în raport cu problemele pe care doreşte să le aprofundeze.

Necesitatea dezvoltării puterilor psihice, a spiritualităţii, după terminologia modernă, nu este străină multor oameni din zilele noastre. Dezvoltarea energiei psihice a fost necesară întotdeauna, în toate timpurile existenţei umane, deoarece aceasta este legea vieţii. Energia psihică are ca scop să ajute omenirea în probleme nerezolvate de ea.

Prin aspiraţie spre lumină şi cunoaştere trebuie aprinsă această scânteie divină ce există în noi. Condiţia principală a oricărei reuşite, îndeosebi în domeniul spiritului, este înţelegerea a ceea ce trebuie să reuşească. Esenţa oricărei probleme constă în înţelegere. Până când energiile subtile sunt neînţelese, ele nu vor fi folositoare oamenilor.

Înainte de a încerca să înţelegem natura "Eului superior" sau să abordăm probleme oculte, ar fi bine să **înţelegem constituţia şi natura fiinţei umane, relaţia sa cu Universul.** Începutul drumului este deci propriul corp. Cel ce ştie asta, îşi poate începe călătoria în orice moment.

Viaţa şi omul în Univers. Energia Universală

"Energia este forţa vieţii".

(Wen-tzu, sec.I î.H.)

Energia Universală este o forţă cosmică miraculoasă care derivă din Puterea Originară, Sursa, Creatorul. Este Puterea din spatele Creaţiei, care guvernează destinul tuturor fiinţelor vii. Creaţia Universului

poartă în ea o părticică din tot ce există în Univers.

Prin urmare, fiecare persoană este reprezentarea Universului! Tu eşti o parte din Univers, ai în tine elementele care alcătuiesc Universul, principiile elementare ale naturii sunt prezente în tine. Energia Universală este darul Universului pentru omenire. În acest sens, înţelepciunea toltecă ne spune că "puterea este în noi înşine şi depinde de noi cum să o folosim". Energia Universală este darul Universului pentru omenire. Învaţă să o foloseşti pentru a-ţi rezolva toate problemele cu care te confrunţi.

Succesul aplicării Energiei Universale depinde de hotărârea şi seriozitatea cu care sunt abordate şi folosite tehnicile privind declanşarea şi sporirea capacităţilor tale latente de a folosi această energie. Gradul de seriozitate va fi principalul factor care va determina cât de repede şi de eficient va lucra Energia Universală pentru tine. Foarte curând, eforturile îţi vor fi încununate de succes.

Forţa sau Puterea care a creat Universul, cu neputinţă de descris, cu atât mai puţin de reprezentat, este Principiul Eteric, Akasha, considerată Cauza Primară a tot ce există, a existat sau va exista în viitor în Univers. Şcoala de gândire pitagoreică consideră Akasha sursa celor patru principii elementare ale naturii: focul, apa, aerul şi pământul. Această explicaţie simplificată arată relaţia ta cu Universul. **Eşti una cu Universul.**

Anumite învăţături budiste consideră **Akasha ca fiind Substanţa-Spirit Cosmic**, eterul ceresc sau lumina astrală care cuprinde întregul Univers şi constituie un imens rezervor de energie psihică. Akasha este "Necreatul" deoarece, în sine, nu a fost creat; este "Nelimitatul", pentru că puterea sa nu este limitată în timp şi spaţiu, este "Atotputernicul, pentru că transcede Creaţia. Akasha este Principiul Eteric, devenit şi Marele Echilibru, Incomprehensibilul, precum şi Etemul.

Energia Universală este nelimitată în timp şi spaţiu şi gratuită. Ea poate fi folosită de oricine. Este Uriaşul, impresionantul rezervor de energie psihică ce guvernează Universul, altfel spus Akasha. **Energia Universală este forţa cosmică provenită din Puterea Originară, Sursa, Creatorul, este Puterea din spatele a tot ce a fost făcut sau creat vreodată.**

Structura moleculară a corpului

În Univers, nimic nu se pierde, nimic nu se câştigă, ci totul se transformă. Tot ceea ce există, este viaţă. Chiar şi ceea ce considerăm noi că este mort, este viaţă. Odată cu încetarea vieţii, apare o nouă formă de viaţă. Procesul de descompunere creează o nouă forţă de viaţă. Tot ce există vibrează. Tot ce există este format din molecule în mişcare permanentă. Consider că este util a ne crea o imagine de ansamblu asupra Creaţiei, asupra relaţiei omului cu Universul. Pentru aceasta, este necesar a spune câte ceva despre molecule şi atomi, neutroni şi protoni.

Moleculele sunt particule infinit de mici ce se pot vedea cu microscopul; sunt cea mai mică parte dintr-o substanţă pură ce poate exista în stare liberă şi care mai păstrează proprietăţile substanţei din care provin. La rândul lor, moleculele sunt compuse din particule şi mai mici, numite atomi.

Atomul este un sistem solar în miniatură. Nucleul său reprezintă "Soarele" nostru, în jurul căruia gravitează electronii, cu sarcină electrică negativă, tot aşa cum planetele se rotesc în jurul Soarelui.

Vom face abstracţie de atomi, de protoni sau neutroni şi vom vorbi numai despre molecule. Omul este constituit dintr-o masă de molecule care gravitează cu mare viteză. El se înfăţişează ca un corp solid, din carne şi oase. Şi totuşi, această caracteristică de corp solid este o iluzie. În părţile moi ale corpului, moleculele vor apărea mai împrăştiate, în timp ce în părţile mai tari, în oase, ele vor apărea mai dense, dând impresia unei îngrămădiri de stele.

Privind de la distanţă, o fiinţă infinit de mică ar avea prilejul să vadă sori şi nebuloase, ale căror traiectorii sunt nişte spirale, nişte dâre strălucitoare ca cele din Calea Lactee. Aşa ar vedea fiinţa microscopică macrocosmosul fiinţei umane, în comparaţie cu ea.

Un vârf de munte. O noapte înstelată. Sus, pe boltă, stelele sclipesc. Calea Lactee traversează cerul şi galaxiile vi se înfăţişează privirii. Sunteţi uluiţi de atâtea stele, constelaţii, lumi, planete... Aşa s-ar prezenta

macrocosmosul pentru om, care este un fir de praf în imensitatea Universului. Deci, orice om poate fi conceput ca un Univers, în care planetele (moleculele) gravitează în jurul unui soare central - Eul superior.

Toată Creaţia Universului este formată din molecule aflate în continuă mişcare. Această mişcare dă naştere unei forme de electricitate, care, adăugându-se "electricităţii" generate de Eul Superior, stimulează viaţa. În jurul tuturor planetelor şi tuturor moleculelor, radiaţiile magnetice se intersectează cu cele venite din alte lumi. Aşadar, omul este un univers, dar nu un univers în sine, ci în interacţiune cu universul altor făpturi, altor molecule, altor lumi, cu alte molecule indispensabile vieţii.

În Univers, grupurile moleculare au densităţi diferite, adică distanţa dintre molecule este diferită. De exemplu, roca poate fi considerată o constelaţie sau o galaxie foarte densă. Aerul are molecule foarte rare. În anumite condiţii, printre moleculele mai rare, pot pătrunde alte molecule.

Între molecule există spaţii, ca şi între stele. O "fantomă" ce are moleculele foarte distanţate poate trece prin zid, care la rândul lui este o aglomerare de molecule. Deci, "Totul este în TOT"; Creaţia este în Univers, iar Universul pătrunde Creaţia.

În concluzie, putem considera corpul omenesc şi ca un ansamblu de substanţe chimice. În anumite condiţii, metalele, carbonul şi substanţele chimice dau naştere unor reacţii care generează curent electric.

Să luăm exemplu o baterie. Ea conţine un "recipient" de zinc, ce conţine în centrul său un electrod de carbon şi diferite substanţe chimice. Ea nu conţine curent electric. Punând bateria în lanternă, apăsând pe buton, ea luminează. Deci s-a creat un curent electric.

În mod similar, creierul produce electricitate! Şi în corp există microelemente metalice: zinc, cupru etc, iar molecula de carbon stă la temelia corpului omenesc. De asemenea, există multă apă şi alte substanţe chimice: clor, magneziu, potasiu, siliciu etc. Acestea se combină şi produc curent electric de intensitate mică, care poate fi detectat şi măsurat cu diferite aparate.

Creierul şi Eul Superior

Corpul uman nu este Eul adevărat al fiinţei noastre. Forţa care-l dirijează după voinţa noastră este Spiritul nostru, o existenţă invizibilă, cu totul distinctă şi separată de corp. Spiritul nu se află în trup, sau mai bine-zis, nu a fost inclus în totalitate în corp; el acţionează asupra lui şi se serveşte de el ca de un instrument.

Să luăm un exemplu. Cel mai bun pilot într-o grea încercare este acela care are capacitatea de a uita primejdia şi de a se ocupa de obsatacole; în acele clipe, Spiritul său este conştient. Tot aşa şi conştiinţa este capacitatea spiritului de a-i comanda corpului - instrumentului său - şi de a-l stăpâni. Spiritul, Eul vostru adevărat, se serveşte de corp întocmai ca şi dulgherul de ciocanul său sau de oricare alt instrument pentru a-şi efectua lucrarea.

Conştiinţa trebuie să uite corpul, să nu se gândească decât la faptul că trebuie să-l întrebuinţeze cât mai bine, după cum tâmplarul, când taie o scândură, nu se gândeşte la instrumentul său, ci la lucrul pe care-l execută.

Spiritul posedă aceleaşi simţuri ca şi corpul, dar bineînţeles, cu mult superioare. El poate vedea totul şi auzi voci ce se află la distanţe de mai mulţi kilometri.

Din punct de vedere fizic, creierul nostru este constituit dintr-un strat exterior, scoarţa cerebrală, şi un strat interior, encefalul. Scoarţa cerebrală este purtătoarea intelectului şi a memoriei. Encefalul este centrul intuiţiei şi al înţelepciunii. Există în creierul omenesc un mic gol unde este locul sufletului: un fel de valvă ce protejează intrarea. La baza şirei spinării ia naştere fluidul vital. Tocmai scurgerea neîntreruptă a acelui fluid aduce îmbătrânirea, controlul lui fiind, dimpotrivă, un izvor de viaţă.

Însă, din punct de vedere spiritual, creierul este un receptor care ascultă mesajele Eului Superior, precum şi un emiţător capabil, ce transmite la rândul său mesaje Eului Superior. Aceste mesaje sunt transmise prin intermediul "cordonului de argint". Cordonul de argint este constituit dintr-o masă de molecule care vibrează cu o frecvenţă extrem de ridicată şi gravitează cu o viteză foarte mare, pentru a pune

în legătură corpul omenesc cu Eul Superior.

Orice corp viu de pe Pământ este un vehicul teleghidat, al cărui conducător este Eul Superior, care nu poate coborî pe Pământ, ci doar îşi trimite corpul acolo. Toate câte le trăim aici pe Pământ, tot ceea ce facem sau gândim, tot ceea ce învăţăm, este transmis acolo, sus, pentru a fi înmagazinat în memoria Eului Superior.

Fiinţele foarte inteligente primesc mesaje direct, în mod conştient, din partea Eului Superior, prin cordonul de argint: marii artişti, marile genii.

Cordonul de argint ne leagă de Eul Superior, tot aşa cum cordonul ombilical leagă pruncul nenăscut de mama sa. Cordonul de argint este o masă de mo-lecule care gravitează, oscilând pe frecvenţe foarte înalte şi foarte diferite; el nu poate fi atins, iar moleculele sunt destul de distanţate pentru ca ochiul omenesc să le poată distinge.

Nimic din ceea ce facem nu-i scapă Eului Superior. Aspirând la spiritualitate, moleculele caută să-şi ridice frecvenţa oscilaţiilor proprii pe Pământ şi, prin cordonul de argint, să le ridice şi pe cele ale Eului Superior. Acesta face ca o parte din el să coboare într-un corp omenesc pentru a-i oferi acestuia posibilitatea de a învăţa. Fiecare faptă bună face să crească frecvenţa vibraţiilor noastre astrale şi terestre, iar dacă cuiva îi facem un rău, frecvenţa vibraţiilor noastre astrale se va micşora, ne va coborî cu o treaptă pe scara evoluţiei.

Conform vechii reguli budiste, este esenţial pentru noi "să răspundem la rău cu bine, astfel progresăm şi ne înălţăm".

NATURA FIINŢEI UMANE

Să luăm ca punct de plecare nevoile şi activităţile corpului fizic. El are nevoie de sănătate. Pentru a fi sănătos, trebuie să mănânci. Banii sunt necesari pentru obţinerea hranei, iar banul se obţine făcând o anumită muncă. Acesta se află în lumea fizică. Stăpânirea corpului fizic nu este decât un pas spre cucerirea spiritului şi aceasta nu este decât un drum spre perfecţiunea divină, spre contopirea cu Divinitatea.

Încearcă mai întâi să cucereşti trupul şi apoi vei putea să te apropii

de cucerirea spiritului. În lumea spirituală, trebuie să ştim că vom regăsi aceleaşi procese în planurile subtile şi pentru voinţă, inimă, intelect, suflet şi spirit. Fiecare dintre aceste principii tinde spre un scop precis; pentru a atinge acest scop, fiecare trebuie hrănit.

Scopul voinţei este mişcarea, deci puterea. Ea acţionează asupra lucrurilor, fiinţelor, situaţiilor, pentru a le modela, pentru a le transforma. Voinţa se poate manifesta dacă este alimentată cu forţă. Forţa reprezintă hrana voinţei. Sunt necesari bani, care sunt reprezentaţi prin gest: întotdeauna trebuie să ne desprindem din inerţie, din imobilitate, pentru a declanşa energiile. Acţiunea, mişcarea, ne ajută să "cumpărăm" forţa şi să putem deveni puternici. Eforturile fizice, cum sunt respiraţia şi exerciţiile de gimnastică, întăresc voinţa.

Inima. Idealul său: căldura, bucuria, fericirea. Hrana sa este sentimentul, iar moneda necesară plăţii este iubirea. Iubirea vă permite să "cumpăraţi", adică să redobândiţi, să resimţiţi tot felul de sentimente, de senzaţii şi emoţii. Acestea se obţin cultivând zilnic armonia pentru celelalte creaturi şi pentru întreg Universul, prin activităţi armonioase şi artistice.

Intelectul. El caută lumina, cunoaşterea. Lumea este însetată de lumină. Hrana sa este gândul. Moneda care îi permite să "cumpere" cele mai curate gânduri este înţelepciunea. Activitatea care îi permite să ajungă la înţelepciune este meditaţia. Numai înţelepciunea va permite să vă hrăniţi intelectul cu cele mai frumoase gânduri, iar acesta va obţine lumina pe care o caută.

Sufletul omenesc este o mică parte din Sufletul Universal, iar singura sa dorinţă este spaţiul, imensitatea. El se simte atât de limitat, atât de înghesuit în om, încât singurul său scop este de a se dilata în spaţiu. Pentru acest ideal are nevoie şi el de hrană pentru a fi întărit. Hrana potrivită pentru suflet sunt toate calităţile cunoaşterii superioare, impersonalitatea, abnegaţia, sacrificiul. Moneda cu care el cumpără această hrană este extazul, fuziunea cu lumea divină. Rugăciunea şi contemplarea realizează acest ideal.

Spiritul, care este nemuritor, transcede timpul, idealul său fiind veşnicia, iar hrana sa libertatea. În comparaţie cu sufletul care visează dilatarea în imensitatea spaţiului, spiritul are nevoie să taie orice legătură

ce îl ţine înlănţuit. Moneda cu care spiritul îşi cumpără libertatea este adevărul. Iisus spunea: "Cunoaşte adevărul şi el te va elibera". Fiecare adevăr pe care reuşiţi să îl obţineţi despre un subiect sau altul vă dă posibilitatea să vă eliberaţi. Activitatea care ne permite să ajungem la adevăr este identificarea cu Divinitatea. Când vei cunoaşte adevărul, vei şti ce trebuie să faci ca să slujeşti omenirea, iar mijloacele nu-ţi vor lipsi.

Dacă un om are într-adevăr putere spirituală şi înţelepciune, nu mai este nevoie să umble de colo-colo; cei care au nevoie de el vor veni la dânsul. Cultivă-ţi Eul spiritual, acesta este singurul lucru de făcut; n-ai nevoie de nimic altceva. Acest proces de identificare, Iisus îl rezuma astfel: "Eu şi Tatăl una suntem".

În cele prezentate mai sus, s-au reunit principalele elemente ale vieţii fizice şi mai ales cele ale vieţii psihice. Ele pot fi dezvoltate la infinit, depinde din ce punct de vedere dorim să le privim. S-au prezentat noţiuni generale, unde, desigur putem plasa şi diferitele stadii ale conştiinţei, cum ar fi: inconştientul, subconştientul, conştiinţa, conştiinţa de sine şi supraconştiinţa.

Pentru a înţelege cu uşurinţă cele relatate mai sus, vă sugerez un mic exemplu. Imaginaţivă că aţi avut un accident de automobil. O lovitură puternică la cap a provocat leşinul. Deveniţi inconştient. Sunteţi dus de urgenţă la spital. La reanimare, încet-încet începeţi să vă reveniţi, fără însă a avea puterea să deschideţi încă ochii. Vă aflaţi într-o stare de subconştiinţă. La un moment dat, realizaţi că sunteţi în spital, înconjurat de o mulţime de medici, asistente, dar fără a vă da seama ce s-a întâmplat. Este starea de conştiinţă. După o anumită perioadă de timp, apare durerea, înţelegeţi ce vi s-a întâmplat şi cum s-a întâmplat. Vă reveniţi complet. Aceasta este starea de conştiinţă de sine. Orele trec, realizaţi că putea fi şi mai rău. Complet restabilit, fericit, mulţumiţi Cerului care v-a protejat: este starea de supraconştiinţă. Acum totul este clar.

Diferitele elemente care alcătuiesc fiinţa noastră corespund diferitelor stări de conştiinţă. Corpul fizic corespunde inconştientului. Toate manifestările vieţii fiziologice, cum ar fi respiraţia, digestia, circulaţia,evacuarea şi creşterea corespund subconştientului. Conştiinţa corespunde domeniului voinţei şi inimii. La nivelul intelectului apare

conştiinţa de sine. Supraconştiinţa aparţine domeniului sufletului şi spiritului, iar pentru spirit putem vorbi chiar despre supraconştiinţa divină.

Această prezentare vă învaţă cum trebuie să lucraţi cu diferitele principii care sunt în voi, fără a neglija nici unul din ele. Lucrând zilnic cu corpul fizic, cu voinţa, cu inima, cu intelectul, cu sufletul şi cu spiritul, într-o bună zi veţi găsi împlinirea, fericirea absolută şi permanentă.

Este foarte greu de dat o definiţie fericirii. Fericirea este o stare de mulţumire sufletească intensă şi deplină. Poate fericirea este lipsa nefericirii. Se spune că există tot atâtea feluri de fericire câte feluri de viaţă. Fiecare om are o definiţie proprie pentru fericire, aceasta depinzând de personalitatea fiecăruia.

Ceea ce îşi doreşte fiecare într-un moment al vieţii şi a obţinut înseamnă fericire, dar această fericire este de moment. Pentru unii, este atinsă atunci când au consumat un dejun copios, pentru alţii, când au câştigat câteva milioane, indiferent de preţul cu care au fost achiziţionate şi indiferent de câte înşelăciuni. Ea nu poate fi permanenetă. Dacă fericirea este cauzată de ceva anume, ea va dispărea în timp, lăsând în urmă o tristeţe profundă.

Pentru cei puţini, adevărata fericire este însă a se realiza pe sine, a lua contact cu "Conştiinţa Infinită", adică cu binele, cu frumosul, cu puterea adevărului - esenţa fericirii.

Prentice Mulford e acela care ne dă o cheie de aur cu care să deschidem poarta fericirii:" Dacă nu faci rău şi nici nu doreşti rău nimănui şi tinzi să te ridici în sfere superioare, ca să poţi atinge perfecţiunea supremă, adică Dumnezeu, nu te poţi considera un suflet fericit?" Iată spre ce ar trebui să ne îndreptăm puterea gândului, voinţa şi credinţa.

Una din posibilele forme sau moduri de manifestare ale fericirii poate fi înţelepciunea, despre care se spune că este una din căile care ne duc la fericirea deplină. Şi totuşi, înţeleaptă sau nu, fiecare fiinţă îşi caută în mod instinctiv fericirea, aceasta fiind de origine instinctuală.

Fericirea este plăcerea sufletului. O simplă senzaţie, un sunet, o culoare, o privire, dacă la aceste manifestări participă sufletul, atunci ele devin fericire. Când suntem fericiţi privim lumea cu alţi ochi şi nu mai dăm grijilor şi necazurilor vieţii atenţia care credem că li se cuvine.

Fericirea relativă şi de moment poate fi denumită şi plăcere. Uneori

putem fi fericiţi fără motiv şi nu ne putem explica acest lucru. Totuşi, toţi oamenii vor o fericire absolută şi permanentă. Această fericire este o stare neutră, dincolo de suferinţă şi plăcere, este pacea interioară, sufletească.

Marii iniţiaţi, prin clarviziune, ne-au dăruit adevărata cunoaştere asupra omului şi a Universului. De la ei am aflat că sufletul - principiul care are proprietatea de a însufleţi corpul fizic - nu îi este dăruit omului în întregime în momentul naşterii. El se instalează prin faze succesive în fiinţa sa de-a lungul întregii sale vieţi.

Sufletul vital este pur vegetativ, determinând procesele fiziologice: nutriţia, respiraţia, circulaţia. Este primul care însufleţeşte embrionul în pântecul mamei. Iar la vârsta de şapte ani, mai evoluat, apare sufletul "animal" sau voluntar. În momentul în care sufletul animal este complet instalat în copil, putem spune că a dobândit o autonomie a mişcării, conferind controlul propriilor gesturi.

Începe acum o nouă perioadă în care viaţa afectivă devine din ce în ce mai importantă: acum îşi face încet-încet apariţia sufletul emoţional. Aproape de vârsta de patrusprezece ani, la pubertate, fiinţa sa se lasă condusă de către sensibilitatea sa.

În acelaşi timp se dezvoltă şi capacitatea de a gândi. Sufletul intelectual sau raţional se instalează în jurul vârstei de douăzeci şi unu ani. Este momentul în care fiinţa umană intră definitiv în posesia facultăţilor de înţelegere şi gândire. Dar, tot acum este şi perioada când se pot comite şi cele mai multe greşeli.

Posibilitatea de a dobândi sufletul divin depinde doar de noi, de viaţa pe care o ducem, de dorinţa noastră ca el să ne aparţină. Pentru a-şi găsi sufletul divin, fiinţa umană trebuie să parcurgă o anumită cale, atrăgându-l, pentru ca acesta să se poată instala şi locui în ea. Este ceea ce numim Iniţiere. Iniţiatul este cel care va lucra mereu, va transforma totul în el, pentru a-şi atrage sufletul divin. Întreaga fiinţă îi devine armonioasă şi vibrează la unison cu Inteligenţa Cosmică, devenind pentru acesta un canal, un sprijin.

În realitate, sufletul divin este lumină pură, este primit în integritate de către Iniţiaţii care şi-au încheiat evoluţia, care au lucrat în acest sens în timpul numeroaselor reîncarnări. Scopul lor suprem: nu s-au

gândit decât să se regăsească, să se realizeze şi să atragă sufletul divin, pentru ca acesta să se poată exprima în toată măreţia sa. Vreme îndelungată s-au pregătit mereu, prin diferite tehnici şi metode de purificare, meditaţii, rugăciuni, fel de fel de sacrificii, pentru a atrage în fiinţă Eul lor Superior, Eul divin. Când acesta le este dat, se spune că Duhul Sfânt a coborât asupra lor.

Hinduşii nu vorbesc despre suflete, ci despre corpuri, ceea ce corespunde de asemenea adevărului, căci toate particulele conţin energie. Această energie este principiul masculin, iar materia reprezintă principiul feminin. Peste tot în Univers, materia posedă energie; deci corpul fizic, care este material, posedă în el energie, iar această energie o numim **suflet**.

Dar dincolo de corpul fizic omul posedă alte corpuri mai subtile, iar fiecare dintre acestea îşi are propriul suflet: sufletul vital corespunde corpului fizic; sufletul emoţional corespunde corpului astral; sufletul intelectual, corpului mental; pentru corpurile cauzal, budic şi atmic există încă trei suflete superioare.

Fiecare corp îşi are propriul suflet: corpul este forma, conţinutul, iar sufletul reprezintă energia care îl animă. Cele două sunt inseparabile. Natura însăşi, Cosmosul reprezintă un corp, corpul lui Dumnezeu, şi el are un suflet, Sufletul Universal.

Omul se caracterizează prin trei activităţi fundamentale, şi anume: gândul, ce are drept instrument intelectul, sentimentul, instrumentul său de exprimare fiind inima şi acţiunea, care are ca instrument corpul fizic. Nu numai corpul fizic este constituit din materie. Inima şi intelectul sunt şi ele instrumente materiale, numai că materia care le compune este mult mai subtilă decât cea a corpului fizic.

Tradiţia ezoterică ne învaţă că suportul, vehiculul sentimentului este corpul astral, iar cel al intelectului, corpul mental. Dar aceste trei corpuri: corpul fizic, corpul astral şi mental constituie natura noastră umană imperfectă. Aceleaşi facultăţi ale gândirii, ale sentimentului şi acţiunii se regăsesc în noi şi la nivel superior, iar aici vehiculele lor sunt corpurile cauzal, budic şi atmic, care formează Eul nostru divin.

În continuare să urmărim relaţiile care există între corpurile inferioare şi cele superioare.

Corpul fizic reprezintă forţa, voinţa, puterea în plan material şi este legat de corpul atmic care reprezintă forţa, puterea şi voinţa divină.

Corpul astral, care reprezintă sentimentul şi dorinţele egoiste, personale, este legat de corpul budic, ce reprezintă voinţa divină.

Corpul mental reprezintă gândirea obişnuită şi interesată şi este legat de corpul cauzal, care reprezintă înţelepciunea divină.

În eul nostru terestru există o trinitate care gândeşte, simte şi acţionează, este o reflectare inferioară a unei trinităţi celeste ce ne aşteaptă să ne alăturăm ei.

Fiinţa umană este deci constituită din trei corpuri (trei suflete) care îi compun eul inferior şi care trebuie să se unească într-o zi cu trei corpuri (trei suflete) ce formează Eul ei Superior.

Să luăm un exemplu: toate experienţele fericite sau nefericite pe care le trăim de-a lungul vieţii, în realitate au un singur scop: să ne regăsim. În momentul când natura inferioară a fiinţei umane ajunge să fuzioneze cu partea sa superioară, suntem în armonie cu Cerul şi Pământul, care se unesc în fiinţa noastră în împlinire şi abundenţă.

Regăsim sufletul, spiritul şi corpul peste tot în diferite combinaţii, dar corespondenţele, rolul, aplicaţiile sunt identice. Pentru buna înţelegere, să luăm un exemplu simplu: o sticluţă cu parfum. Sticluţa este corpul, lichidul este sufletul iar parfumul pe care îl degajă este spiritul. Lichidul hrăneşte spiritul; când lichidul se termină, dispare şi parfumul, rămâne doar sticluţa şi cum o sticluţă goală nu are nici o valoare, o aruncăm.

La fel şi omul, când moare, îl înmormântăm. Spiritul este foarte volatil, el se simte închis în "sticluţa" sa şi nu îi place să-şi piardă libertatea, el doreşte să se întoarcă mereu în patria lui, spre Sursa Divină. De aceea, pentru a-l putea ţine pe pământ, el trebuie hrănit, adică îi trebuie suflet şi apoi închis ermetic într-un corp.

Partea cea mai grosolană a hranei, în procesul nutriţiei, are ca scop formarea şi consolidarea scheletului corpului fizic. Sufletul hranei pătrunde în sânge, circulând în organism, însufleţindu-l. Este mereu acelaşi principiu: sângele (lichidul) hrăneşte sufletul. Şi spiritul, unde se află? În sistemul nervos. Sistemul digestiv - sistemele circulatorii şi respiratorii - sistemul nervos, iată încă o dată corpul, sufletul şi spiritul.

Sângele este cel care hrăneşte, alimentează; el hrăneşte chiar şi nervii. De aceea când omul îşi purifică organismul, el îşi purifică şi sângele, adică sufletul, şi activitatea spiritului devine astfel foarte intensă şi se manifestă din plin, deci totul are sens.

Să urmărim aceste procese mai detaliat în cele ce urmează.

Comorile vieţii
- esenţa, energia şi spiritul -

Toţi oamenii se nasc pe acest Pământ cu trei comori preţioase ale vieţii, în virtutea cărora putem exista, funcţiona şi gândi. Ele compun moştenirea noastră naturală, înnăscută, iar gradul în care le protejăm şi le păstrăm determină starea sănătăţii şi durata vieţii. **Cele trei comori de care depinde viaţa sunt: esenţa, energia şi spiritul.**

Esenţa - corpul fizic constituit din carne şi sânge, alte materiale de bază - în particular fluidele esenţiale ca: hormoni, enzime şi neurotransmiţători. **Trupul este templul vieţii.**

Energia - sufletul, forţa primară a vieţii care "scaldă" fiecare ţesut şi celulă a corpului viu, activându-i funcţiile vitale. **Energia este forţa vieţii.**

Spiritul - cuprinde toate aspectele minţii, atât cea umană, cât şi cea primordială, incluzând conştiinţa, percepţia, gândirea şi simţurile, voinţa şi intenţia. **Spiritul este guvernatorul vieţii.**

Toate trei, împreună, funcţionează ca o singură unitate organică. Când spiritul preia comanda, trupul îl urmează şi totul este în armonie. Dacă trupul conduce, punând pe primul plan plăcerile vieţii, spiritul i se supune, uitând de natura sa divină, fapt care dăunează celor trei comori.

Înainte de naştere, prenatal sau primordial, cele trei comori sunt o unitate fără formă, indivizibilă. Aspectele prenatale sunt calităţile pure care preced naşterea şi pătrund în embrion în momentul concepţiei. Aspectele postnatale sunt manifestările temporale ce se dezvoltă după naştere, începând din momentul în care este tăiat cordonul ombilical şi

copilul respiră pentru prima dată.

După naştere, cele trei comori se separă şi dobândesc fiecare un aspect temporal, devenind astfel predispuse la epuizare şi descompunere. Permiţând stimulilor din mediu, emoţionali şi fizici, să guverneze esenţa şi energia, trupul preia comanda. Astfel apare procesul de epuizare constantă a esenţei, energiei şi spiritului, epuizare cauzată de cursul vieţii obişnuite a lumii materiale.

Prin practicarea unei vieţi spirituale, redobândim accesul la puterile primare latente ale mentalului, putem stăpâni materia cu ajutorul raţiunii. Folosind activ mentalul, putem stăpâni energia, utilizând-o pentru a controla esenţa. Deci, preluăm comanda propriei energii. **Corpul uman este compus în întregime din esenţă, energie, spirit.**

Esenţa

Esenţa se referă la cele mai rafinate substanţe care constituie corpul uman, acestea fiind materialele de bază. Numită şi "vitalitate", esenţa este o formă de energie potenţială din care corpul îşi extrage energia necesară.

Înainte de naştere, esenţa este forţa creatoare primară a Cosmosului, impulsul universal de a procrea şi a perpetua. Fiecare individ primeşte o cantitate fixă a acestei esenţe prenatale, din fuziunea spermatozoidului cu ovulul. După naştere, pe măsură ce trupul se dezvoltă, această esenţă se păstrează în glandele rinichilor - suprarenale, în secreţiile sexuale şi în organele de reproducere. Esenţa este transferată generaţiei următoare prin reproducere sexuală, fiind socotită nemuritoare şi autoperpetuantă.

Esenţa postnatală sintetizată şi rafinată din substanţele nutritive din mâncare şi apă este stocată primar în ficat, sânge şi măduvă. Aceasta ia forma unor fluide pure şi foarte active ca: hormoni, enzime, neurotransmiţători, lichid cefalorahidian, limfă, plasmă, vitalitate şi imunitate. Ea se concentrează în zona sacrală şi este legată de funcţiile digestive şi sexuale.

Energia

Energia este forţa vitală care activează fiecare funcţie şi proces din organism, atât voluntar cât şi involuntar. Asemenea curentului electric ce alimentează un computer, în lipsa ei nimic nu poate funcţiona.

În ceea ce priveşte **aspectul prenatal**, energia este **puterea primordială** existentă în întreg Universul, putere manifestată sub formă de căldură, lumină, mişcare şi alte energii universale.

Energia postnatală- după naştere, se concretizează în corpul uman sub forma diverselor energii asociate organelor şi prin intermediul respiraţiei, temperaturii corporale, pulsului şi altor forme de bioenergie. Ea este polarizată, de natură electromagnetică, caracterizându-se prin activitate constantă şi transformare.

Fiinţele umane dobândesc **energia postnatală** din două surse. Prima este transformarea esenţei prenatale, stocate în glandele suprarenale şi rinichi - **energia primordială** - fiecare individ născându-se cu o rezervă limitată.

A doua sursă este **energia cosmică**, energie care pătrunde în corp prin creştetul capului, în timp ce lumina este asimilată prin piele şi ochi. Sursa de energie postnatală include: hrana, apa, plantele şi aerul. Alimentele sunt digerate pentru a se extrage din ele elementele nutritive vitale, pe care corpul le transformă apoi în energie. Energia din aer este absorbită prin plămâni.

Prin combinarea **energiei aerului** din plămâni cu **energia pământului** din sistemul digestiv, se formează **Adevărata Energie Umană, forţa fundamentală a vieţii materiale.**

Energia Umană se concentrează la nivelul pieptului şi este strâns asociată cu circulaţia sangvină, cu inima şi plămânii. Energia conduce sângele, deci ea poate fi controlată şi dirijată prin reglarea respiraţiei.

Spiritul

Spiritul - se referă la componenta mentală a organismului, cu toate faţetele şi funcţiile ei variate.

Spiritul prenatal este "mentalul primordial", sufletul nemuritor, lumina originară a conştiinţei; scânteia divină. **Spiritul prenatal este imaterial şi sălăşluieşte în inimă.**

Spiritul postnatal se manifestă sub formă de gânduri şi capacitate senzorială, psihic şi personalitate, Eu interior şi noţiunea de sine.

Deşi mintea originară este deschisă, nediferenţiată, non-dualistă şi perfect liniştită, manifestarea sa temporală - postnatală - în raţiunea umană este închisă, discriminatorie, dualistă şi întotdeauna agitată. Mentalul postnatal se află la nivelul capului şi se exprimă prin funcţiile cerebrale.

Fiecare fiinţă umană posedă "mintea primordială" în inima sa, dar foarte puţini sunt conştienţi de acest lucru. Ca urmare a întunecării amăgitoare a minţii omeneşti, creată prin propriile percepţii şi reacţii emoţionale, mulţi oameni rămân orbi la lumina spiritului primordial până în momentul morţii, când fiecare zăreşte o bruscă şi neaşteptată sclipire a sa.

Învăţând cum să ne folosim mintea pentru a valorifica energia, reglăm transformările biochimice esenţiale şi funcţiile vitale ale organismului; prin controlarea esenţei, ne controlăm simţurile, ne reprimăm emoţiile şi menţinem în balanţă energiile; echilibrându-ne energetic, prin meditaţie putem pătrunde în interiorul propriei conştiinţe, dincolo de mentalul raţional. Astfel vom fi capabili să refacem conştiinţa primordială.

Obiectivul primar este de a restaura unitatea prenatală şi puritatea primordială a esenţei, energiei şi spiritului, unitate capabilă să prevină bolile şi degenerarea organismului uman, să întârzie procesele de îmbătrânire şi să prelungească viaţa.

În concluzie, la oameni:

Vitalitatea este rădăcina esenţei şi a vieţii, corpul alcătuit din

carne şi oase.

Energia este mişcare fizică, activitate, vorbire şi percepţie, reprezintă modul de utilizare a corpului, poarta de intrare a vieţii şi a morţii.

Spiritul este lumina ochilor, gândirea, este înţelepciune şi inteligenţă, cunoştinţe native şi capacitate, este guvernatorul vitalităţii şi energiei, conştiinţă şi înţelegere, este baza învelişului fizic, fundamentul duratei de viaţă.

Această trinitate, aceste trei comori, din punct de vedere anatomic - esenţa, energia şi spiritul - sălăşluiesc în sacru, torace şi creier, unde se manifestă ca fluide, în respiraţie şi respectiv gândire.

Din punct de vedere energetic, cele trei comori sunt asociate cu trei puncte de forţă, care reprezintă centre focale. **Esenţa** este punctul localizat în spatele şi puţin dedesubtul ombilicului. **Energia** este colectată în piept şi este asociată cu respiraţia, pulsul şi vorbirea. **Spiritul postnatal** este localizat în spatele punctului dintre sprâncene şi este asociat cu epifiza, hipofiza şi cu hipotalamusul.

Metafizic, cele trei comori îşi au originea în cele "Trei Puteri" ale cerului, pământului şi omenirii. Cerul este sursa Spiritului, iar pământul este sursa elementelor esenţiale care constituie corpul fizic. **Oamenii aflaţi între cer şi pământ sunt sursa unicei forţe - Adevărata Energie Umană. În ea fuzionează, se unesc, spiritul cerului cu esenţa pământului, pentru a forma corpul uman.**

Întoarcerea la sursă

Toţi oamenii se nasc cu întreg potenţialul de puteri primordiale. De-a lungul vieţii pe pământ, solicitările şi zbuciumul lumii temporale postnatale epuizează în mod gradat esenţa, dispersează energia şi extenuează spiritul, slăbind sănătatea şi grăbind moartea.

În ziua de astăzi, oamenii nu acordă atenţie solicitării corpului fizic

şi apetitului exagerat pentru mâncare, sexualitate şi distracţii, nu îşi economisesc energia, îşi poluează fluidele esenţiale ale corpului cu mâncăruri denaturate şi medicamente toxice, îşi consumă energia prin stres şi emoţii puternice, îşi epuizează spiritul cu neobosite distracţii lumeşti. Atunci când esenţa este poluată şi energia neechilibrată, spiritul devine slab şi neputincios.

Stoparea procesului de degradare se realizează mai întâi prin purificarea şi păstrarea esenţei, apoi prin echilibrarea şi conservarea energiei şi, în final, prin cultivarea şi conservarea spiritului. Astfel, esenţa purificată este transformată în energie, aceasta fiind apoi amplificată şi rafinată în centri înalt energetici - chakre - ajunge la creier, unde este din nou transformată pentru hrănirea spiritului.

Un text scris în urmă cu 2000 de ani menţiona: "Spiritul este susţinut de energie şi energia este obţinută din transformarea esenţei. Esenţa se transformă în energie, iar energia se transformă în spirit".

Când este clarificată, energizată şi reîntinerită, **mintea umană este capabilă să refacă legăturile pierdute cu propriile puteri primordiale, reechilibrând aspectele postnatale ale celor "Trei Comori", cu predecesoarele (înaintaşele) lor prenatale. Acest proces poartă numele de "reîntoarcerea la sursă", legătura directă cu puterea primordială infinită.**

Până când nu veţi afla adevărul fiinţei voastre, nu veţi simţi niciodată marea binecuvântare a vieţii, nu veţi fi plini de bucurie pentru simplul motiv că existaţi. Experimentând adevărul, veţi putea intra în legătură cu acest cosmos infinit, care este casa voastră. El v-a născut şi aşteaptă de la voi să ajungeţi pe cea mai înaltă culme a conştienţei, deoarece prin voi existenţa poate deveni conştientă. Nu există nici o altă cale.

Intelect înseamnă gândire, în timp ce conştienţa este descoperită într-o stare de negândire, într-o linişte atât de deplină încât nu mai sunteţi deranjaţi de mişcarea nici unui gând. În acea tăcere, descoperiţi faptul că fiinţa voastră intimă este la fel de vastă ca şi Universul.

Faptul de a o cunoaşte este ceva care merită cu adevărat să fie experimentat.

CORPURILE OMULUI

Corpul fizic

Corpul omenesc este format dintr-o masă moleculară care ocupă în spaţiu un anumit volum, aşa cum un univers ar ocupa o parte din cosmos, sau un bulgăre de gheaţă spaţiul într-un pahar cu apă.

Corpul omenesc, alcătuit din molecule, conţine şi alte corpuri fine, spirituale, pe care le numim astrale. Compoziţia lor este asemănătoare corpului fizic, ele fiind mai puţin dense, făcând posibil ca un corp astral să întrepătrundă un corp fizic, fără să ocupe un spaţiu suplimentar - exemplul nostru de mai jos cu zahărul pudră în apă.

Dacă umpleţi un pahar cu apă până la refuz şi puneţi o lingură cu nisip, apa va da pe afară. Un corp cedează locul celuilalt.

Dacă în acelaşi pahar, în locul nisipului, puneţi o linguriţă de zahăr pudră, acesta se va dizolva în apă, adică va umple spaţiile libere existente dintre moleculele de apă. Dacă mai continuaţi să puneţi zahăr, abia atunci apa va deversa, va da afară. În acest caz, două corpuri pot ocupa, în acelaşi timp, acelaşi spaţiu. Exemplul anterior: fantomele trec prin zid. Sistemul solar ne oferă şi alt exemplu. El este un obiect, o entitate.

Corpul fizic este legat de corpul astral printr-un cordon de argint constituit dintr-un ansamblu de molecule, care vibrează cu o frecvenţă incredibil de mare. Îl putem compara cu cordonul ombilical care leagă mama de fătul ei şi prin care transmite copilului înainte de naştere, stimuli, hrană.

Cordonul de argint leagă Eul Superior de corp şi prin el informaţiile trec de la unul la celălalt, în ambele sensuri, continuu cât corpul este viu. Când omul moare, acesta se rupe, iar corpul omenesc este abandonat ca o haină uzată, în timp ce spiritul se îndepărtează. În stadiul nostru actual de evoluţie există şapte nivele energetice. Ele sunt nivele ale Câmpului Energetic Uman, acţionând holografic şi influenţându-se reciproc.

Aşadar, omul este închis temporar într-un corp din carne şi oase, care trebuie să descopere şi să trăiască experienţele, pe care spiritul

fără corp nu le poate face. Omul carnal este condus de Eul Superior. Eul Superior este cel care controlează şi dirijează corpul, iar creierul constituie un adevărat releu, un sistem telefonic, un mecanism perfect automatizat. El primeşte mesajele Eului superior şi transformă ordinele acestuia în activităţi fizice sau chimice, care menţin acest vehicul, adică trupul în viaţă, menţin acţiunea muşchilor şi procesele mentale. În acelaşi timp, mesajele şi informaţiile culese de corp sunt transmise Eului Superior.

Eliberându-se de limitele corporale, tot aşa cum un şofer iese din maşină, omul poate să contemple Universul spiritului şi să asimileze informaţii, luate la cunoştinţă de corp. Este vorba aici de planul fizic şi astral, omul putând călători oriunde şi oricând la distanţe foarte mari în Univers.

Oriunde pe planetă, omul poate frecventa marile biblioteci, ca să cerceteze orice carte. Volumul de cunoştinţe al Eului Superior nu are limite, doar corpul fizic are limite reale. Aproape toţi oamenii îşi părăsesc corpul fizic când dorm, făcând, în mod conştient, călătorii astrale rapide şi la mari distanţe. Doar gândirea, raţiunea şi teama frânează evoluţia spirituală, asemenea unor instrumente defecte, distorsionează ordinele Eului Superior.

Deci, omul are nouă corpuri, corpul fizic fiind doar unul dintre acestea. Materia care stă la baza acestuia este energia cu vibraţiile cele mai joase. Sănătatea corpurilor subtile determină la rândul ei sănătatea corpului fizic. Energia subtilă, divină, din care sunt formate celelalte opt corpuri, are o vibraţie energetică foarte înaltă, superioară luminii, invizibilă oamenilor obişnuiţi. Ea este percepută numai de către clarvăzători. Corpurile energetice sunt hrănite cu energia divină, transmisă în tot Universul de către Creator, într-un fel de perpetuum mobile, în ceea ce se cheamă Marele Joc Universal, conceput astfel să nu se mai termine niciodată. De aceea se spune că viaţa este veşnică şi moartea nu există.

Spiritele şi toate entităţile inteligente din Univers sunt nemuritoare. La moartea trupului unui om, spiritul trece din plan fizic în astral. La naşterea unui copil, spiritul se reîntoarce în plan fizic pentru a învăţa, prin destinul pe care şi-l autoprogramează, anumite lecţii: iubirea

dezinteresată, modestia, umilinţa, compasiunea, setea de cunoaştere etc., pe parcursul mai multor vieţi.

Chakrele şi corpul fizic

Scopul acestui scurt studiu este de a vă familiariza cu chakrele şi funcţiile lor.

Fiecare glandă este asociată unei chakre. Chakrele funcţionează ca transmiţători de energie de la un nivel la altul, distribuind energia pranică la corpul fizic. Această distribuţie este realizată în parte prin glande, care reglează sistemele diferite din interiorul corpului.

Noi primim energia divină din Univers, de la Creator, şi totodată transmitem energie şi informaţii Universului, prin cele opt chakre energetice majore, aflate pe axa centrală a corpului omenesc.

Muladhara. Chakra bazei se află la baza coloanei vertebrale, situându-se între anus şi organele sexuale, având ca puncte asociate cel din mijlocul osului pubian, precum şi din centrul vintrelor. Prin această chakră, Esenţa Divină se instalează în corp, impunând conştiinţa cerebrală şi iubirea necondiţionată deasupra tuturor instinctelor de conservare animalice şi agresive.

Swadisthana. Chakra sacrală este situată deasupra organelor genitale, la jumătatea distanţei dintre osul pubic şi ombilic. Aici se generează energia creatoare, dătătoare de viaţă. Revigorarea, regenerarea şi revitalizarea corpului fizic se poate stimula în acest centru energetic.

Chakra de la nivelul ombilicului (sub ombilic). Permite manifestarea la nivel fizic a Esenţei Divine. În acest centru energetic puterea individuală poate asimila frecvenţele cosmice, materializând aceste energii în creaţii fizice sau canalizându-le în realizări umane.

Manipura. Chakra plexului solar este localizată în plexul solar, unde se termină sternul, locul unde se separă coastele şi începe cavitatea abdominală. Funcţionarea sa în armonie cu chakra inimii asigură iubirea necondiţionată faţă de toate lucrurile, creaturile şi fiinţele legate de pământ.

Sistemul vedic combină spaţiul ombilical cu cel al plexului solar, reprezentându-l printr-o singură chakră.

Anahata. Chakra inimii este situată în mijlocul pieptului. Centrul energetic menţionat este asociat cu aptitudinea de a iubi necondiţionat. Aici, Divinul Impersonal îşi găseşte expresia sa supremă de manifestare umană, şi anume prin compasiune.

Vishuddi. Chakra gâtului este situată în spaţiul în care se întâlnesc oasele claviculare. Funcţia sa este exprimarea verbală clară a ceea ce este gândit sau perceput senzorial.

Ajna. Chakra celui de-al treilea ochi este situată între sprâncene, fiind denumită şi "ochiul sufletului". Aici perfecţiunea divină poate fi percepută în toată materia creată, ancorând mintea în cunoaştere lăuntrică, intuiţie şi înţelepciune. Conştient, putem construi o punte eterică care să lege cel de-al treilea ochi de chakra coroanei. În acest caz, ochiul poate percepe în mod constant, chiar şi în timpul unei activităţi fizice, misiunea personală de natură divină şi legătura individului cu infinitul.

Sahashrara. Chakra din creştetul capului sau chakra coroanei este sediul superior al conştiinţei, fiind cuprinsă în structurile cerebrale. Ea reprezintă poarta prin care conştiinţa poate radia către cele trei chakre transpersonale. În acelaşi timp, este şi locul în care energia divină impersonală se poate defini, fiind canalizată individual şi în scop personal. Prin această chakră, se poate asimila şi canaliza starea de armonie şi unitate în restul chakrelor şi poate funcţiona ca un vârtej cu spirală dublă, care răspândeşte energie şi, în acelaşi timp, o canalizează în planul fizic.

Fiecare chakră corespunde unui anumit sistem fizic şi organelor corespunzătoare. **Chakra bazei** este legată de intestinul gros şi rect. Ea este totodată responsabilă de funcţionarea rinichilor, care înlătură toxinele din organism.

Chakra sacrală este conectată sistemului de reproducere, ovarelor şi testiculelor, vezicii urinare şi rinichilor.

Chakra plexului solar este legată de ficat, vezica biliară, stomac, splină şi intestinul subţire.

În ceea ce priveşte **chakra inimii**, ea este legată cu inima şi

braţele.

Chakra gâtului are conexiuni la plămâni şi gât.

Chakra dintre sprâncene este conectată creierului, iar chakra creştetului este conectată întregii fiinţe.

Există o legătură directă între buna funcţionare a unei chakre şi organele fizice corespunzătoare. O chakră poate fi supravitalizată, subvitalizată sau în stare de echilibru. Ea poate fi închisă sau deschisă. De exemplu, disfuncţia sistemului de reproducere se va manifesta prin câteva simptome fizice specifie, ca întreruperea ciclului menstrual. Simptomele fizice vor fi reflectate de disfuncţia din interiorul reţelei energetice conectate şi chakra însăşi. Refacerea echilibrului energetic va produce schimbări creatoare la nivelul fizic.

De asemenea, fiecare glandă este asociată unei chakre. Chakra bazei este conectată glandelor suprarenale; chakra sacrală este legată de ovare, la femei, şi testicule la bărbaţi; chakra plexului solar se leagă de pancreas; chakra inimii este în legătură cu glanda timus, iar cea a gâtului de glandele tiroidă şi paratiroide. Chakra dintre sprâncene este cel mai des conectată glandei hipofize, uneori celei epifize, iar cea a creştetului este corespunzătoare glandei epifize, uneori celei hipofize.

Glandele endocrine joacă un rol vital în sănătatea şi bunăstarea corpului. Hormonii eliberaţi direct în fluxul sanguin, de către glande, guvernează toate aspectele creşterii, evoluţiei şi activităţii fizice de zi cu zi. Disfuncţia oricărei glande endocrine va avea consecinţe fizice serioase.

Fiecare chakră majoră din partea din faţă a trupului îşi are perechea în spatele trupului şi, împreună, se consideră a fi faţa şi dosul chakrei. Partea din faţă are legătură cu sentimentele persoanei, cea din spate cu voinţa, iar cele trei din zona capului cu procesele mentale ale persoanei.

Cele cinci simţuri, deşi sunt limitate, servesc omului fizic destul de bine. Atât cele cinci simţuri, cât şi forma fizică, sunt expresii incomplete, care aparţin realităţii totale a fiinţei umane. Corpul fizic este înconjurat de o emanaţie în formă ovoidală. Ea este alcătuită din diferite benzi de energie, care reflectă, fiecare, un aspect al fiinţei. Împreună, aceste benzi de energie formează aura, aceasta fiind oglinda fiinţei. Aura poate fi văzută prin clarviziune, în termeni de culoare, strălucire, claritate şi

definiţie.

De asemenea, fiecare dintre cele cinci simţuri este asociat unei chakre: pipăitul depinde de buna funcţionare a primei chakre, auzul, mirosul şi gustul de chakra a cincea, văzul de a şasea.

Chakrele corpului, menţionate mai sus, au trei funcţii majore: de vitalizare a fiecărui corp auric, deci a trupului fizic; de dezvoltare a diferitelor aspecte, de autoconştientizare, fiecare chakră fiind legată de o anume funcţie psihologică; de a transmite energia între nivelele de aură, fiecare strat de aură avându-şi setul său de şapte chakre majore, fiecare localizată în acelaşi loc pe corpul fizic.

Fiecare chakră este asociată glandei endocrine şi nervului major - plexul solar. Chakrele absorb energia universală sau primară, o disociază în părţi componente şi apoi transmit râuri de energie, numite nadis, către sistemul nervos, glande endocrine şi apoi în sânge, pentru a hrăni corpul fizic.

Chakrele sunt configuraţii în structura câmpului energetic. Ele arată ca nişte vârtejuri sau pâlnii de energie şi există la fiecare din cele şapte nivele ale câmpului.

Chakrele funcţionează ca nişte dispozitive de aspirare a energiei din Câmpul Energetic Universal viu, din jurul nostru. Energia este absorbită şi metabolizată de fiecare chakră, fiind necesară în funcţionarea sănătoasă a câmpului auric şi a trupului fizic. Toate chakrele majore, minore, minichakre şi puncte de acupunctură sunt uşi deschise, pentru ca energia universală să intre şi să iasă din aură.

Chakrele minore sunt localizate astfel: câte una în faţa fiecărei urechi, câte una deasupra sânilor, una în locul unde se întâlnesc claviculele, câte una în fiecare palmă, câte una pe fiecare talpă, una lângă timus, câte una în spatele ochilor, câte una pe fiecare gonadă, una lângă ficat, una legată de stomac, câte una în spatele fiecărui genunchi şi una lângă plexul solar.

Tradiţia răsăriteană numeşte acestă energie prana sau qi, fiind necesară în funcţionarea echilibrată a raţiunii, voinţei şi emoţiei pentru menţinerea stării de sănătate. Pentru a crea un echilibru între raţiune, voinţă şi emoţii, este necesar să ne echilibrăm, egalizăm şi sincronizăm chakrele. Adepţii metodei secrete Usui, privind arta

folosirii energiei universale, cunosc metodele privind echilibrarea energetică a chakrelor.

Este necesar să ne echilibrăm din punct de vedere energetic, să ne deschidem chakrele şi să ne dezvoltăm fluxul de energie, deoarece, cu cât lăsăm să curgă mai multă energie prin noi, cu atât suntem mai sănătoşi. Boala în organism este cauzată de un dezechilibru energetic sau un blocaj al fluxului de energie.

Aura corpului uman

Corpul fizic este înconjurat de o emanaţie luminoasă şi colorată, în formă ovoidală, denumită aură. Pentru cunoscători, oferă informaţii preţioase. Ea este alcătuită din diferite benzi de energie, care reflectă, fiecare, un aspect al fiinţei.

Câmpul Energetic Uman - manifestarea energiei umane - este intens implicat în viaţa omului. El poate fi descris ca un halou luminos ce înconjoară corpul omenesc şi îl pătrunde, emite radiaţia sa proprie şi este denumit "aură". Are o rază de aproximativ 1,5 - 2 m în jurul fiecărui om.

Aura este acea parte a Câmpului Energetic Universal asociată obiectelor şi corpului omenesc. Cercetătorii au împărţit aura în structuri numite "corpuri", care se penetrează şi se înconjoară unul pe altul cu straturi succesive. Fiecare "corp" superior este compus din substanţe mai fine şi "vibraţii" mai înalte decât corpul, pe care îl înconjoară şi îl pătrunde.

Fiecare strat al aurei este asociat unei chakre. Pentru a vă forma o idee generală asupra lor, le voi enumera.

Primul strat al câmpului şi prima chakră sunt asociate funcţiilor fizice şi senzaţiilor fizice - durerea sau plăcerea fizică. Primul strat este asociat şi funcţiilor automate şi autonome ale trupului.

Al doilea strat şi a doua chakră sunt, în general, asociate aspectului emoţional al fiinţelor omeneşti. Ele sunt vehiculele prin care ne trăim viaţa emoţională şi sentimentele.

Al treilea strat al câmpului şi chakra a treia sunt asociate activităţii

noastre mentale - gândirea liniară.

Al patrulea strat, asociat chakrei inimii, este vehiculul prin care ne iubim nu numai perechea, ci şi pe semenii noştri în general. A patra chakră este cea care metabolizează energia dragostei.

Al cincilea strat este asociat unei voinţe superioare, mai aproape de voinţa divină. A cincea chakră este asociată cu vorbirea, transformarea cuvintelor în fapte, ascultarea şi asumarea răspunsurilor în acţiunile noastre.

Al şaselea nivel şi a şasea chakră sunt asociate iubirii cereşti. Este dragostea extinsă dincolo de capacitatea omului de a iubi şi ne cuprinde întreaga viaţă.

Al şaptelea strat şi a şaptea chakră sunt asociate gândirii superioare, cunoaşterii şi integrării în forma noastră fizică şi spirituală.

Aura energetică a corpului uman implică mult mai mult decât câmpul electromagnetic, incluzând energii care nu fac parte din dimensiunea fizică.

Câmpul energetic are mai multe straturi, numite "corpuri subtile", fiecare cuprinzându-le pe celelalte. Corpul fizic este inclus şi complet pătruns de un câmp energetic, care influenţează ceea ce se petrece la nivel fizic şi invers.

Forma fizică este văzută ca o manifestare a întregii fiinţe. Ea este privită ca cel mai dens emiţător al conştiinţei, compusă din materie, vibrând pe anumite frecvenţe, tot aşa cum celulele vii generează o luminozitate sau o emanaţie non fizică, ce interferează şi înconjoară întregul organism, chiar dacă este vegetal, animal sau uman. Acesta este vehiculul eteric, protector, corp sau câmp, în funcţie de terminologie. Este văzut de către clarvăzători şi arătat de fotografia kirliană.

Prin câteva exerciţii de bază, acest câmp energetic poate fi simţit. Acest nivel al vibraţiei se referă uneori la aura de sănătate sau corpul vital, deoarece simptomele oricărei boli apar mai întâi în interiorul formei eterice.

Corpul eteric are forma corpului fizic şi se consideră că serveşte drept matrice pentru formarea corpului fizic, denumit şi "strat vital".

Cel de-al doilea este "corpul emoţional", descris de obicei ca şi câmp al emoţiilor şi sentimentelor care ne înconjoară.

Al treilea este "corpul mental", unde sunt stocate gândurile, procesele mentale şi imaginile.

Al patrulea este "corpul astral", asociat cu inima şi intuiţia.

Al cincilea este "matricea eterică" şi conţine informaţiile necesare pentru a alcătui perfect corpul eteric.

Al şaselea este "corpul celest".

Al şaptelea este "corpul keteric" sau cauzal, ambele fiind asociate cu armonia spirituală.

Al optulea este nivelul haric: nivelul intenţiei şi al scopului tău. El reprezintă fundamentul pe care este situată aura.

Al nouălea este nivelul esenţei divine - sursa energiei creatoare.

Corpul eteric

Corpul eteric este format din linii fine de energie "ca o reţea de sclipiri luminoase". Are aceeaşi structură ca şi corpul fizic, inclusiv toate părţile şi toate organele. Corpul eteric este o structură de linii de forţă sau matricea de energie, în care se formează şi de care se ancorează materia fizică a ţesuturilor corpului material. Ţesuturile fizice există ca atare, numai datorită câmpului vital de dincolo de ele, adică există anterior şi nu sunt un rezultat al corpului fizic.

Structura eterică prefigurează matricea pentru celulele care vor creşte; adică celulele corpului cresc de-a lungul liniilor de energie ale matricei eterice, iar matricea există înainte ca celulele să crească. Dacă am izola corpul eteric, el ar arăta ca un bărbat sau o femeie alcătuiţi din linii de lumină, scânteind încontinuu.

La acest nivel aveţi toate senzaţiile fizice, fie ele de durere sau plăcere. Dacă primul nivel este puternic, veţi avea un trup fizic viguros şi sănătos şi vă veţi bucura de tot ce este plăcere fizică: plăcerea gustului, a mirosului, a auzului, a văzului etc.

Un conductor prin care trece curentul electric creează un câmp magnetic, care înconjoară conductorul; sau dacă punem o foaie de hârtie pe un magnet şi presărăm pilitură de fier, vom observa că particulele de fier se vor orienta exact pe liniile de forţă magnetică produse

de magnet.

Similar, datorită interacţiunii dintre substanţele chimice, apa şi metalele care compun corpul omenesc constituie o sursă electrică. Corpul care este în întregime electrizat produce efecte magnetice ale fenomenului electric. El este înconjurat de un câmp magnetic alternativ, numit eteric. Vibrează foarte rapid, încât îl percepem ca un câmp continuu.

Eticul este câmpul magnetic care înconjoară corpul omenesc, el reprezentând nucleul aurei. Are o grosime de 1 mm-12 cm, arată vitalitatea trupului şi îşi schimbă intensitatea în funcţie de starea de sănătate a persoanei. Colorat în roz sau albastru, urmăreşte conturul corpului. Cu antrenamente, oricine îl poate vedea.

Etericul este manifestarea exterioară a forţelor magnetice ale corpului. Atât vehiculul eteric, cât şi cel fizic, numit şi templul sufletului, au nevoie de prană pentru a menţine sănătatea şi vitalitatea. Corpul fizic solicită mai întâi prana trupească, obţinută din mâncare şi aer, solicitând totodată câteva grade din prana profundă.

Conform concepţiei yoghine, forma etherică scoate prana profundă de la cele mai rafinate niveluri şi o transmite prin chakre. Chakrele apar ca fiind centri ai corpului eteric, corespondenţi ai altor centri energetici cu parametri calitativ superiori, situaţi în corpul astral al organismului. Chakrele sunt "porţi" prin care energia înalt vibratorie tranzitată prin ele este direcţionată spre ieşirea acestui sistem la interfaţa cu structurile corpului fizic. Această energie se regăseşte în sistemele glandular-hormonale.

Avându-şi originea primară în corpul eteric, chakrele sunt funcţional conectate între ele şi, odată cu aceasta, şi cu structurile tisulare ale corpului fizic. Legătura la acest nivel se realizează prin intermediul unei reţele canaliculare fine, ce vehiculează energiile subtile, cunoscută sub denumirea de "nadis". Există aproximativ 72.000 de canale nadis, a căror topografie se împleteşte cu cea a sistemului nervos.

Disfuncţionalităţile înregistrate la nivelul chakrelor şi nadisurilor sunt, ca urmare a acestei structuri, asociate cu disfuncţiile sistemului nervos, atât în planul lor cantitativ, cât şi în cel calitativ de manifestare fiziopatologică. Clarvăzătorii menţionează că modificările coloristice ale

spectrului aurei sunt strâns corelate cu modificările frecvenţei ciclurilor înregistrate la nivelul chakrelor.

Nivelul eteric, spre deosebire de cel fizic, este foarte sensibil tiparelor de gândire şi astfel, înconjurând dublul eteric, acesta poate fi extins prin vizualizare şi respiraţie directă.

Perceperea câmpului eteric. Este foarte uşor să simţiţi acest câmp energetic, prin câteva exerciţii de bază. Aşezaţi palmele faţă în faţă, dar fără a se atinge. Măriţi sau micşoraţi ritmic distanţa dintre palme, astfel încât să descoperiţi punctul critic, în care centri energetici din palme să interacţioneze unii cu alţii.

Când centri celor două palme interacţionează, veţi simţi un câmp magnetic între ele. Când veţi descoperi această senzaţie, vă puteţi intensifica această experienţă, respirând încet şi ritmic. În timpul expiraţiei, puteţi vedea o lumină albă ieşind dintre palme. Puteţi continua să vă rafinaţi sensibilitatea, făcând cercuri cu arătătorul unei mâini peste palma celeilalte. Faceţi acest exerciţiu cu ochii închişi, pentru a vă dezvolta şi alte simţuri.

Alt exerciţiu, la fel de uşor de realizat: ţineţi palmele faţă în faţă, la distanţă de câţiva centimetri. Inspiraţi încet şi ritmic. Prin expiraţie, trimiteţi energia la nivelul palmelor. Ce constataţi? Distanţa dintre palme creşte. Între ele se formează o minge energetică, din ce în ce mai mare. Cu puţin efort o puteţi vizualiza. Puteţi încerca şi cu alte persoane. Energia poate fi transmisă de la o persoană la alta.

Conexiuni ale corpului fizic cu cel eteric

Menţionăm că modificările "corpului eteric" vizibile în forma aurei pot fi observate fie prin procedee electronografice de captare a imaginii pe un suport fotosensibil color, fie cu ochiul liber de către clarvăzători.

În concepţia indiană, circulaţia energiilor subtile se desfăşoară, în organismul omenesc, în cadrul unui sistem de canale guvernat de şapte centri vitali, denumiţi "chakre". Între chakre, plexurile nervoase, sistemele fiziologice şi, separat, cel endocrin, aşa cum sunt acestea determinate de concepţia medicală europeană, se pot stabili corespondenţe, aşa

cum s-a arătat la capitolul chakre în mod detaliat.

Pentru elucidarea cuplajului la interfaţa dintre corpul fizic şi cel eteric, s-au făcut investigaţii deosebite în organismul uman. S-a ajuns la concluzia că, corpul eteric realizează o "reţea" în care este localizată şi vehiculată sub raport energetic întreaga informaţie ce ghidează creşterea celulară, precum şi dezvoltarea structurii fizice a corpului. Această energie funcţionează pe baza unui scenariu concentrat şi împletit cu mecanismele genetice.

Ca urmare, corpul fizic este conectat şi depinde de corpul (energetic) eteric, primul neputând exista în afara celui din urmă. Disfuncţiile apărute în câmpul de forţe al corpului eteric sunt urmate de afectarea maladivă a corpului fizic. Se poate astfel afirma că, în marea majoritate a cazurilor, boala debutează printr-un mecanism patogen ce afectează iniţial corpul eteric, fiind urmată secundar de manifestările disfuncţionale ale corpului fizic.

Astfel, corpul eteric, ale cărui proprietăţi sunt datorate energiilor denumite "subtile", poate servi nu numai ca un punct de plecare în diagnosticul medical, ci şi ca un domeniu de acţiune terapeutică, domeniu abordat de medicina extrem-orientală şi de procedurile neconvenţionale de terapie prin transfer bioenergetic.

Corpul emoţional

Al doilea corp auric, având grosimea de câţiva milimetri, este asociat sentimentelor sau emoţiilor. El urmează în mare conturul trupului fizic, nu îl copiază.

Structura sa este mult mai fluidă decât a corpului eteric. Poate fi incolor sau apare sub forma unor norişori coloraţi, dintr-o substanţă diafană în continuă mişcare, cu o grosime de 2-7 cm.

Acest trup se întrepătrunde cu corpurile mai dense, pe care le înconjoară. Corpul emoţional conţine toate culorile curcubeului. Chakrelor li se atribuie aceleaşi culori. Aceasta nu înseamnă că chakrele însele sunt aceste culori. Ele indică vibraţia relativă a chakrelor, mergând de la cel mai încet, la bază, la cel mai rapid din creştetul capului.

Culorile poartă cu ele, totodată, anumite valori simbolice. Roşul este puternic şi deţine forţa; portocaliul este mai puţin agresiv, dar totuşi aprig; galbenul este solar şi încălzeşte; verdele este rece şi exprimă creşterea naturală; albastrul este culoarea vindecătoare; indigoul este expansiv, iar violetul este asociat cu aspiraţia spirituală.

Chakrele trupului emoţional şi culorile asociate sunt următoarele:

Chakra 1 - roşu;

Chakra 2 - roşu - portocaliu;

Chakra 3 - galben;

Chakra 4 - verde luminos;

Chakra 5 - albastru ca cerul;

Chakra 6 - indigo;

Chakra 7 - alb.

Culoarea chakrelor variază de la nuanţele deschise luminoase, la cele întunecate, noroioase, depinzând de natura sentimentelor şi energiilor pe care le emitem.

Corpul emoţional apare format din bule de culoare, care se mişcă în matricea câmpului eteric, depăşind trupul.

Dacă permiteţi sentimentelor faţă de voi înşivă să curgă, indiferent că sunt pozitive sau negative, aura se menţine în echilibru. Dacă al doilea strat este puternic şi încărcat, înseamnă că vă placeţi şi vă iubiţi. Vă face plăcere să fiţi doar cu voi înşivă şi vă simţiţi foarte bine în propria companie. În caz contrar, vă urâţi şi vă simţiţi deprimaţi. Dincolo de corpul eteric se află corpul mental.

Corpul mental

Învelişul mental constituie aspectul exterior şi cel mai puţin dens al aurei. El pare să înceapă la capătul câmpului astral, cu toate că, în realitate, el interferează toată substanţa astrală, eterică şi fizică. Această bandă de energie reflectă natura mentală şi dezvoltă capacitatea de a utiliza mintea în anumite feluri. Mintea trebuie să se orienteze prin practica concentrării, să înţeleagă prin practica meditaţiei şi să se ridice la cel mai înalt nivel, prin contemplare.

Prin dezvoltarea facultăţilor mentale superioare, noi capacităţi devin mai active. Acestea includ capacitatea de a recepta gânduri inspiratoare şi idei intuitive, dintr-un depozit care, invariabil apare într-o formă externă. Creşte nivelul percepţiilor extrasenzoriale, cum ar fi: clarauzul, clarmirosul, clarvederea, telepatia, telekinezia.

Corpul mental este compus din substanţe mai diafane decât a corpului emoţional, asociate gândirii şi proceselor mentale. Apare ca o lumină galbenă strălucitoare, care radiază în jurul capului şi umerilor şi se extinde în jurul întregului trup, până la 20 cm în jurul corpului fizic. Corpul mental are structura ideilor noastre. În cadrul acestui câmp, se văd formele gândurilor. Culoarea reprezintă emoţia persoanei şi este asociată formei gândului.

Corpul mental este un corp spiritual situat în creier. Aici se află conştiinţa şi acest proces deosebit de complex şi înălţător, care este gândirea.

Între conştiinţa individuală şi conştiinţa infinită există permanent o legătură înalt vibratorie, prin care se înregistrează filmul vieţii noastre reale: vorbe, fapte şi gânduri.

Acest nivel se asociază cu lumea noastră mentală sau raţională. Aici sunt stocate gândurile, procesele mentale şi imaginile. Straturile aurice inferioare sunt legate de - sau ajută la - metabolizarea energiilor, care ţin de lumea spirituală. Când acest nivel este echilibrat şi sănătos, mintea intuitivă şi cea raţională acţionează împreună în mod armonios, iar noi simţim claritatea, avem sentimentul că totul este aşa cum ar trebui să fie.

Când primele trei nivele sunt sincronizate, trăim un sentiment de autoapărare, de putere şi încredere în noi. Primele trei nivele ale aurei reprezintă experienţa fizică emoţională şi mentală a lumii noastre, în trupul fizic. Al patrulea nivel al relaţiilor reprezintă puntea dintre lumea fizică şi cea spirituală. Primele trei nivele superioare reprezintă experienţa fizică, emoţională şi mentală a lumii noastre spirituale. Ele reprezintă modelul pentru cele trei nivele inferioare.

Altfel spus, al şaptelea nivel este modelul pentru nivelul al treilea, nivelul al şaselea este modelul pentru al doilea, iar nivelul al cincilea este modelul pentru primul. Fiecare nivel superior serveşte drept model

nivelului corespunzător.

Corpul astral

Cel mai cunoscut corp subtil al omului este sufletul, corpul astral sau dublul eteric. Este vorba de o energie înalt vibratorie, invizibilă ochiului fizic, dar percepută de clarvăzători. Are grosimea de aproximativ 1 cm. Corpul astral, aparţinând oricărei persoane, este o copie exactă a corpului fizic al acesteia. El este alcătuit dintr-o materie foarte fină, "materie astrală", considerată a fi o substanţă subtilă, caracterizată de o energie vibratorie foarte înaltă, mult superioară corpului eteric.

Corpul astral se suprapune peste corpul fizic şi eteric, care ocupă în timpul vieţii acelaşi spaţiu, realizând o coexistenţă nondistructivă; asemănătoare existenţei a trei gaze care ocupă acelaşi volum, fără a interacţiona din punct de vedere chimic sau prin analogie, un circuit telefonic prin care sunt transmise simultan, fără a se interfera, două mesaje pe două purtătoare de frecvenţe diferite.

Similar corpului eteric, corpul astral posedă un număr de şapte chakre, corespondente celor dintâi. Ca şi chakrele corpului eteric, cele ale corpului astral joacă rolul unor transformatori de energie care, captând energia cosmică vehiculată la acest nivel, o canalizează către corpul eteric şi, prin intermediul acestuia, spre corpul fizic. Se realizează astfel un circuit de transport al energiilor subtile care animă structura întregului organism biologic, corpul fizic receptând aceste energii prin corpul eteric, prin sistemul nervos şi endocrin.

Atunci când corpul astral este supus unor presiuni emoţionale, conexiunile chakrelor astrale furnizează emiterea energiei subtile într-o formă alterată, care provoacă tulburări ale stării de sănătate. Din acest punct de vedere, activitatea hormonală a majorităţii glandelor endocrine este dependentă de activitatea energizantă a chakrelor asociate lor.

După cum am arătat anterior, corpul eteric susţine energizarea corpului fizic, însă corpul astral se bucură de o funcţionalitate superioară, aceea de vector al conştiinţei. El poate exista separat şi în afara corpului fizic, atât în timpul somnului cât şi în diverse alte situaţii.

După cum s-a arătat, păstrarea legăturii între corpul astral şi corpul fizic se realizează printr-un cordon de tip ombilical, pe care literatura ezoterică îl menţionează sub denumirea de "cordon de argint", care se rupe odată cu moartea corpului fizic.

În mod obişnuit, detaşarea corpului astral de corpul fizic se realizează în timpul viselor, al stresului mental puternic şi în cursul unor condiţii dezvoltate prin antrenament, "navigând" în mediul astral, unde intră în contact cu elementele şi entităţile ce populează acest spaţiu. El părăseşte de asemenea corpul şi sub influenţa anesteziei generale sau în diferite faze ale hipnozei profunde.

Cu acest corp facem, inconştient, în timpul viselor, călătorii astrale şi în mod conştient, în orice loc din Univers. Viteza de deplasare este superioară vitezei gândului şi luminii. În "Şcoala viselor", C D. Ollen Hollen ne prezintă cum se face iniţierea în vis. Se poate vorbi despre o "şcoală iniţiatică a viselor". La această şcoală, entităţile din astral ne învaţă cum să parcurgem etapele necesare unui proces cât mai rapid de spiritualizare. Prin intermediul viselor, se poate parcurge propria cale spirituală.

Stratul astral este asociat cu chakra inimii şi cu intuiţia. Prin ea trece toată energia în călătoria sa dintr-o lume în alta, adică energia spirituală. Deci, energia spirituală trebuie să treacă prin focul inimii, pentru a se transforma în energie fizică inferioară, iar energia fizică a celor trei straturi aurice trebuie să treacă prin focul transformator al inimii - centrul iubirii - pentru a deveni energie spirituală.

Cele patru straturi superioare ale câmpului auric corespund celor patru straturi ale realităţii. Cele trei chakre superioare sunt asociate cu funcţiile fizice, emoţionale şi mentale ale fiinţei umane, în realitatea sa spirituală.

Majoritatea dintre noi folosesc doar în parte aceste funcţii. Ele sunt: voinţă mare, sentimente superioare de dragoste şi cunoaştere mai profundă, unde conceptele sunt înţelese în întregul lor.

Cel de-al patrulea strat este asociat iubirii. El este uşa prin care putem intra în celelalte stadii ale realităţii. Nivelul astral, al patrulea strat al corpului auric, se extinde cam la 30 cm de corp. Chakrele au aceleaşi culori ca şi curcubeul corpului emoţional, însă fiecare nuanţă este

infuzată de lumina trandafirie a dragostei.

La nivel astral, este reprezentată întreaga lume a relaţiilor noastre. De la acest nivel intrăm în interacţiune cu alţi oameni, animale, plante, obiecte, cu Pământul, Soarele, stelele şi cu întreg Universul. Aici se găsesc toate sentimentele pe care le nutrim unii faţă de alţii, iar spaţiul dintre oameni este străbătut de stropi mari de culoare.

Acest al patrulea nivel conţine toată iubirea şi bucuria, dar şi lupta şi durerea din cadrul relaţiilor noastre. Dacă al patrulea nivel este puternic, sănătos, relaţiile cu ceilalţi vor fi în general bune şi puternice, fiind posibil să vă placă compania celor din jur. Iubirea şi inima sunt cele două aspecte importante din viaţă. În caz contrar, când nivelul este slab, relaţiile cu alte fiinţe umane pot fi mai puţin importante.

Voinţa divină din interior (matricea eterică)

Al cincilea nivel este nivelul voinţei divine şi conţine informaţii necesare pentru a alcătui perfect corpul eteric. Corpul Eteric Şablon este schiţa formei stratului eteric, forma model a corpului fizic. Şablonul eteric este tiparul pentru corpul eteric, care formează apoi structura reţelei - câmpul structurat de energie - pe care se dezvoltă corpul fizic. Are o formă ovoidală şi conţine întreaga structură a trupului, inclusiv chakrele, organele interne şi forma corpului.

Matricea eterică conţine nu numai forma pentru trup, ci şi forma a tot ceea ce este viu. Acest nivel al câmpului se extinde de la 15-60 cm în afara trupului şi conţine modelul evolutiv al vieţii manifestate în formă. Voinţa divină este intenţie divină manifestată în model şi formă şi este mai greu de explicat. Voinţa divină există în tine şi peste tot în jurul tău. Aveţi voinţa liberă, fie de a vă alinia acestei voinţe divine, fie de a nu o face.

Totuşi, dacă reuşiţi să scăpaţi de sentimentele negative şi să vă depăşiţi rezistenţa faţă de o lume atât de perfectă, gândiţi-vă la posibilitatea de a fi şi voi un creator al ei. Aţi făcut primul pas spre a vă găsi scopul şi locul în viaţă şi totul se poate schimba. Veţi începe să vă

simţiţi în siguranţă, pentru că sunteţi o parte dintr-un plan divin grandios, ca o scânteie de viaţă în această ţesătură vie şi admirabilă de lumină. Generaţi, de fapt, ţesătura din lumina voastră, aşa cum o fac toţi ceilalţi. Dezvoltându-vă percepţiile suprasenzoriale, devenind clarvăzători, puteţi percepe şi vedea planul divin.

Contemplarea acestui nivel şi meditaţia asupra impunătorului plan evolutiv vă ajută să vă aliniaţi viaţa cu scopul, uşurându-vă dezvoltarea. Înseamnă că trebuie să capitulaţi în faţa a ceea ce sunteţi şi nu în faţa a ceea ce pare corect, conform normelor sociale. În felul acesta, de fapt, nu mai sunteţi o rotiţă în mecanism, ci mai degrabă o sursă de creativitate, cum nu mai există alta în întregul Univers.

Corpul celest

Corpul celest apare într-o frumoasă lumină care pâlpâie, compusă mai ales din culori pastelate. Lumina are o strălucire de culoare auriu - argintie şi o calitate opalescentă, ca sideful.

Acest nivel este nivelul emoţional al planului spiritual, numit corp celest. Acesta se extinde cam 10-15 cm în afara corpului. Este nivelul la care experimentăm extazul spiritual. Putem ajunge la el prin meditaţie şi alte forme ale muncii de transformare.

Când conştientizăm Universul, când vedem lumina şi dragostea care există în toate, când suntem în lumină şi când simţim că suntem una cu ea, că ne aparţine şi că suntem una cu Dumnezeu, atunci ne-am ridicat conştiinţa la al şaselea nivel al aurei.

Dragostea necondiţionată se naşte atunci când se face legătura între chakra inimii deschise şi chakra celestă deschisă. În această legătură, combinăm dragostea de omenire şi dragostea umană elementară pentru semenii noştri cu extazul spiritual, aflat în dragostea spirituală, care depăşeşte realitatea fizică spre toate tărâmurile existenţei. Combinaţia acestora creează experienţa dragostei necondiţionate.

Al şaselea nivel al câmpului arată ca nişte fascicule frumoase de lumină, care radiază în toate direcţiile, până la o distanţă de aproximativ

80 cm faţă de trup. El conţine toate culorile curcubeului în tonuri opalescente. Nu este structurat şi are o frecvenţă deosebit de înaltă.

Când este sănătos, el este luminos şi încărcat. Razele de energie ţâşnesc in trup, sub forma unor raze de lumină drepte, frumoase. Este **nivelul sentimentelor din lumea spiritului nostru, nivelul iubirii divine.** Când ne aflăm în acest nivel de conştiinţă, **simţim un puternic efect calmant în trup - conţine extazul din spiritualitatea noastră.** Îl simţim ca iubire spirituală, ca bucurie, exaltare şi fericire. Atingem acest nivel, reducând la tăcere mintea zgomotoasă, ascultând. Atingem acest nivel prin meditaţie, cu ajutorul muzicii de calitate etc.

Cheia trăirii lumii spirituale este încărcarea nivelului al şaselea, al câmpului energetic, ceea ce se poate realiza printr-o simplă meditaţie, stând liniştiţi cinci până la zece minute, de două ori pe zi, concentraţi asupra unui obiect, cum ar fi trandafirii, flacăra lumânării sau un minunat apus de soare. Altă modalitate este de a repeta o mantră, un sunet sau un grup de sunete, fără sens precis.

Corpul cauzal

Al şaptelea nivel al Câmpului Energetic Omenesc este nivelul mental al planului spiritual sau nivelul minţii divine, numit şi keteric.

Când ne aducem conştiinţa la nivelul şapte, ştim că suntem una cu Creatorul. Forma exterioară este ovoidul corpului auric şi conţine toate corpurile aurice, asociate prezentei încarnări a individului. Acest trup are şi un model cu o structură superioară. Este compus din fire subţiri de lumină argintiu aurie, cu o durabilitate foarte puternică, ce susţine întreaga formă a aurei. Ea conţine o reţea aurie a corpului fizic şi a tuturor chakrelor.

Când este sănătos, el se compune din linii de energie aurică foarte frumoase şi extrem de puternice, care sclipesc la o frecvenţă foarte înaltă. Ele se întrepătrund pentru a forma toate componentele fizice ale trupului fizic. Se extind în afara trupului până la o distanţă de 1-1,3 m. La această distanţă, al şaptelea nivel se formează ca un ou auriu, care

înconjoară şi protejează tot ce se află înăuntrul său. Capătul lui exterior este mai gros şi mai tare, asemenea cojii de ou şi pare să aibă 1 cm grosime. Această parte exterioară a celui de-al şaptelea strat este foarte puternică şi maleabilă, rezistentă la penetrare şi protejează câmpul, întocmai cum găoacea oului protejează puiul din interior. Toate formele chakrelor şi corpului par a fi făcute, la acest nivel, din lumină aurie. Reglementează fluxul energetic din întreaga aură înspre spaţiul de dincolo de el. Împiedică pierderile de energie din câmp, dar şi penetrarea sa de către tăria energiei nesănătoase din afară.

Al şaptelea nivel are drept scop menţinerea întregului câmp într-un tot. Firele de lumină aurie de la al şaptelea nivel plutesc pretutindeni şi în jurul a tot ce există, împletind toate elementele între ele, fie că este vorba despre celulele dintr-un organ, un trup, un grup de oameni sau întreaga lume.

La nivelul de model keteric, în interiorul cochiliei, se află şi benzile vieţilor trecute. Acestea sunt benzi colorate de lumină ce înconjoară complet aura şi se pot găsi oriunde pe suprafaţa cojii. Banda din dreptul capului este, de obicei, banda ce cuprinde viaţa trecută, pe care încercăm să o rezolvăm în împrejurările prezentului.

Nivelul keteric sau corpul cauzal este ultimul nivel auric în plan spiritual. El conţine planul de viaţă şi este ultimul nivel legat direct de această încarnare. Acesta este nivelul cel mai puternic şi elastic al câmpului auric. Nivelul keteric este ultimul nivel auric în plan spiritual.

Când ne ridicăm conştiinţa la acest nivel, trăim mintea divină în noi înşine şi intrăm în lumea câmpului universal al minţii divine, înţelegem şi ştim că suntem o parte a minunatului model al vieţii. Trăirea acestui adevăr al Universului ne face să ne simţim în siguranţă. Aici cunoaştem perfecţiunea în imperfecţiunile noastre.

La acest nivel, cu ajutorul percepţiilor extrasenzoriale, **clarvăzătorii pot vedea sistemul de reţea aurie al adevărului, aşa cum se întrepătrunde el prin Univers.** Aici, cu ajutorul percepţiilor extrasenzoriale, vom învăţa să comunicăm, de la minte la minte. Acum putem accede uneori la mintea

Universală, pentru informaţii mai presus de cele pe care le-am obţine prin intermediul a ceea ce numim în mod obişnuit, simţurile fireşti.

Modalitatea optimă de întărire a acestui câmp este căutarea în permanenţă a adevărului superior din viaţa ta şi a trăi conform acestuia. Cea mai bună meditaţie pe care o cunoaştem, pentru întărirea acestui nivel al câmpului, este să folosim o mantra, care se repetă într-una: "Stai liniştit şi înţelege că eu sunt Dumnezeu". Ea aduce energie în acest nivel şi îi oferă celui care meditează experienţa de a şti că este minte divină şi Dumnezeu.

Este nevoie de o bună funcţionare a tuturor nivelelor (corpurilor energetice), pentru ca ideile creatoare să se manifeste în plan fizic. Aceasta include şi o sănătate fizică perfectă şi o viaţă plină. Este bine să încărcaţi şi să echilibraţi toate nivelele şi toate zonele experienţei umane. Prin urmare, trebuie să ne concentrăm atenţia asupra tuturor celor şapte nivele ale câmpului energetic, precum şi asupra hranei pentru aceste şapte nivele, cu ajutorul chakrelor menţionate anterior.

În acest sens, de un real folos este metoda secretă Usui sau arta folosirii energiei universale. Cei care au învăţat metoda pot confirma acest adevăr. Este o metodă extrem de simplă de echilibrare energetică, pe care o poate folosi oricine doreşte. Această metodă nu creează dependenţă faţă de un maestru spiritual, ci te ajută să devii tu însuţi!

Dincolo de acest nivel, este planul cosmic, care nu poate fi experimentat din punctul de vedere limitat al unei singure încarnări şi care conţine nivelele opt şi nouă. Sunt asociate chakrele a opta şi a noua, localizate deasupra capului. Fiecare nivel pare cristalin şi format din vibraţii înalte, foarte fine.

În concluzie, aura propriu - zisă este de origine magnetică. Ea ne înfăţişează culorile Eului superior, în permanentă schimbare, şi reflectă vitalitatea spiritului - ne indică dacă o persoană este sănătoasă sau bolnavă, spirituală sau carnală. În aură putem distinge boala sau sănătatea, iubirea sau ura, succesul sau insuccesul. **Aura reprezintă oglinda**

Eului Superior sau a sufletului şi este o forţă vitală reală. Ca şi corpul eteric, învăluie în întregime corpul, urmărindu-i conturul; aura este mai depărtată de corp şi formează o cochilie de forma unui ou. Are o înălţime mai mare sau egală cu 2,5 m şi lăţimea la centru, mai mult de un metru. Apoi, ea devine mai fină, astfel că partea ei cea mai îngustă se află la picioare.

Aura este formată din radiaţii de diferite culori, care sunt emanate de diferite părţi ale corpului. Culorile, la rândul lor, sunt tot nişte vibraţii, care reprezintă gânduri, intenţii şi gradul de spiritualitate. Aura se roteşte ca un vârtej, iar culorile se învârtesc în jurul corpului în spirale concentrice, coborând de la cap la picioare.

Aura se întinde în sus, până în dreptul ochilor şi mai departe există ceea ce noi numim haloul propriu-zis sau nimbul, de culoare galben aprins sau albastru. Apoi, chiar la vârf, ţâşneşte un jet de lumină, care, în Orient, este cunoscut sub numele de Floarea de Lotus. Este un veritabil curcubeu şi, cu puţină imaginaţie, poate fi comparat cu un lotus cu şapte petale care se deschide. Cu cât gradul de spiritualitate este mai mare, cu atât haloul se apropie de culoarea galben-şofran.

Nucleul etericului şi al aurei îl reprezintă corpul.

Să luăm de exemplu, un ou de găină: în interior se află gălbenuşul, care corespunde corpului omenesc, apoi albuşul, care corespunde în acelaşi timp şi etericului şi aurei. Între coaja oului şi albuş se află o peliculă fină, subţire, dar foarte solidă. La un ou fiert tare, această pieliţă poate fi îndepărtată foarte uşor. Entitatea umană este în întregime acoperită de o peliculă fină. Când gândim, proiectăm vibraţii de la creier spre eteric şi aură, până la pelicula aurei. Acolo, pe suprafaţa exterioară a acestui înveliş, se formează imagini ale gândurilor. Tot aşa cum imaginile transmise de emiţătorul de televiziune se schimbă, se schimbă şi imaginile recepţionate pe micul ecran.

În acelaşi fel, gândurile emise de emiţătorul nostru - creierul - ating învelişul ce acoperă aura şi formează imagini, pe care un clarvăzător le poate percepe. El poate vedea nu numai imaginile gândurilor prezente, dar şi pe cele ale gândurilor din trecut, apar imagini legate chiar şi de ceea ce a făcut în cursul a două sau trei vieţi anterioare. Materia nu poate fi distrusă. Tot ceea ce a existat, există şi acum. Dacă veţi emite

un sunet, energia care i-a dat naştere, sub forma unei vibraţii a aerului, va dăinui la nesfârşit.

CHAKRELE TRANSPERSONALE

Astrul sufletului, chakra cauzală şi Poarta Stelară sunt cele trei chakre transpersonale, considerate drept centri superiori de energie. Fiecare din aceste chakre are un rol specific în actualizarea Esenţei Divine Impersonale şi asimilarea ei în cele opt chakre care există în forma umană.

Poarta Stelară

Este chakra "cea mai superioară", care poate fi încorporată în sistemul uman şi este situată la aproximativ 30 cm deasupra capului. Poarta Stelară este activată de razele cosmice vitale, care sunt emanate din Marele Soare Central şi pe care planeta şi oamenii le recepţionează în prezent.

Al doilea element esenţial pentru reactivarea Porţii Stelare îl constituie puterea voinţei umane, condensată în intenţia sa conştientă. Dacă aceste două componente sunt prezente, omul poate obţine identificarea completă a identităţii personale cu ceea ce numim "Dumnezeu". Odată cu deschiderea Porţii Stelare, contopirea, unitatea cu Divinul poate fi experimentată personal.

Aceasta este experienţa supremă, în care ne identificăm cu acea experienţă imposibil de definit prin nume sau concepte, a cărei realitate şi existenţă este incontestabilă şi totuşi, intangibilă, prezenţă care însufleţeşte orice lucru, fiinţă sau creatură. Ea este o relaţie a armoniei desăvârşite cu Divinitatea, care îl determină pe cel ce experimentează această stare să afirme cu certitudine, fără orgoliul sinelui, "EU SUNT".

Comunicarea reprezintă un transfer de energie spirituală între sufletul care comunică intim cu Spiritul Infinit, fiecare fiind alternativ transmiţător şi receptor. Acest schimb de energie este mijlocul prin care

Chakra Stelară poate fi integrată în corp. Sufletul trebuie să fie conştient de acest transfer şi receptiv la aceste stări de experimentare a unităţii absolute cu divinul. Pentru realizarea acestui transfer de energie, mintea şi inima trebuie să se poată detaşa de acele identităţi inferioare, asociate cu personalitatea individuală şi cu nivelele ce ţin de ego.

Numai atunci când canalele subtile de receptare a energiei sunt purificate îndeajuns, pentru a putea primi Mesajul Spiritului, Universul va răspunde, ridicându-ne nivelul de conştiinţă deasupra sferei individuale, mărginite şi limitate, în spaţiile celeste, unde energia şi forţa creaţiei se află în armonie perfectă cu toate.

Odată ce această experienţă este atinsă, conştiinţa cosmică poate fi transmisă înapoi chakrelor inferioare, numai dacă aceşti centri se află în armonie şi echilibru.

Practicând meditaţia zilnic, chakra Poarta Stelară rămâne mereu deschisă, intermediază transmiterea în conştiinţă a razelor cosmice, care stimulează toate fibrele nervoase şi ridică la propriu frecvenţele atomice ale corpului fizic. Acea stare de contopire şi armonie cu întreaga creaţie cosmică poate fi integrată în funcţiile care activează corpul fizic. Rezultatele sunt o înţelepciune şi o inteligenţă vie, o capacitate infinită de înţelegere şi compasiune, precum şi o legătură vie şi permanentă cu călăuza divină.

Poarta Stelară este sediul energetic al supremei impersonalităţi, centrul care menţine cosmosul în perfectă ordine şi armonie. Starea de conştiinţă, care rezultă de aici, nu poate aparţine unui singur lucru, deoarece ea reprezintă însăşi forţa a tot ce există. Această conştiinţă supremă poate fi atinsă de acele fiinţe la care această Poartă Stelară este activată.

Dar pentru ca frecvenţa cosmică să fie integrată în sfera sufletească umană, trebuie activată şi chakra "Astrul Sufletului", care apoi trebuie pusă în legătură cu Chakra Stelară.

Chakra "Astrul Sufletului"

"Astrul Sufletului" este localizat între Poarta Stelară, chakra cauzală şi chakra coroanei, cu aproximativ 15 cm deasupra capului şi reprezintă legătura dintre Poarta Stelară şi celelalte opt chakre. Această chakră este puntea dintre esenţa impersonală şi realitatea personală, dintre spirit şi materie, dintre cer şi pământ. Ea este uşor de activat prin simpla sa expunere la radiaţiile crepusculare, care vin de la Soarele Central.

Lumina reprezintă forma supremă de energie, de care suntem conştienţi în cea de-a treia dimensiune. Frecvenţa subtilă de energie este mediul prin care emanaţiile cosmice impersonale pot intra în plan fizic. "Astrul Sufletului" este chakra care filtrează energia infinită accesibilă prin Poarta Stelară, la nivel sufletesc, spiritual al fiinţei umane. Chakra "Astrul Sufletului" are menirea şi capacitatea de a concentra esenţa izolată din cosmos şi de a o întrupa în sufletul omenesc.

Energia cosmică nemărginită este intensificată, iar chakra creează un corp spiritual din lumină. Astfel se creează modul prin care un individ poate unifica vastitatea şi infinitatea puterii creative, unice şi omnipotente, cu individualul şi personalul specifice umanului.

Creând un corp de lumină din frecvenţele energetice stelare şi călăuzind apoi această energie în sistemul centrilor energetici umani, noi vom activa realitatea fizică, materială, la o octavă mai înaltă. Atunci când energia cosmică este transmisă în forme conştiente de viaţă, ca noi, inimile celor din jur vor fi iluminate de această prezenţă divină care emană din fiinţa noastră.

Având capacitatea unică de a asimila lumină, "Astrul Sufletului" este extrem de sensibil la razele solare. Pentru a activa şi stimula acest centru energetic vital, este absolut necesară practicarea meditaţiilor solare. După asimilarea razelor solar-celeste, individul se simte conectat la acea sursă infinită de energie. Dar, pentru ca înţelepciunea şi iubirea divină impersonală să fie integrate în complexitatea modului de viaţă pământesc, se impune activarea în plus a chakrei "Astrului Teluric", localizată sub tălpi.

"Astrul Sufletului" şi "Astrul Teluric" reprezintă jumătăţile

complementare ale aceluiaşi întreg, ajutându-se reciproc. Dacă este activat numai "Astrul Sufletului", lumina nu va reuşi niciodată să se desăvârşească prin spiritualizarea materiei. Numai detaşarea de iluziile lumeşti poate realiza fuziunea totală cu tărâmurile astrale, mult visate de noi toţi.

A sosit timpul să ne raportăm, într-un mod cu totul nou, la lumea în care trăim; stă în puterea noastră să ne contopim cu întregul. În esenţa sa, sufletul uman este legat intim de unitatea omniprezentă, personificată de "Astrul Sufletului". Activarea acestei chakre va crea senzaţia profundă a contopirii cu toate lucrurile, fiinţele şi creaturile, toate fiind create din aceeaşi esenţă de energie spirituală.

Factorul esenţial pentru activarea chakrei "Astrul Sufletului" este purificarea mentală de eventualele forme de gând negative, care includ călătoriile astrale inferioare, proiecţiile, fanteziile sau imaginaţia necontrolată, ce creează un înveliş cenuşiu deasupra capului. Aceste nivele ale conştiinţei astrale inferioare **pot fi purificate prin vizualizarea unei sfere de energie de un alb strălucitor ce radiază din chakra creştetului. Concentrarea la acest nivel va dizolva poluarea astrală.** Ar trebui realizată depoluarea psihică înainte ca razele astral-solare să poată fi transmise.

Atunci când spaţiul din jurul "Astrului Sufletului" este purificat, Esenţa Divină poate pătrunde câmpul de aură, destinaţia finală fiind "Astrul Teluric", care stabilizează legătura dintre energia şi forţa spirituală şi originea, rădăcinile umanităţii, aducând cu ea unde spirituale de înaltă frecvenţă, precum şi norme etice superioare.

Chakra cauzală

Următorul pas în descinderea spiritului în formă desăvârşită se realizează prin activarea chakrei cauzale, situată în partea din spate a capului cu aproximativ 10 cm sub chakra coroanei.

Puterea minţii de a crea forme-gând conştiente este egalată doar de forţa infinită a iubirii, care izvorăşte de la nivelul chakrei inimii. Dacă

mentalul este controlat şi pregătit să fie receptiv la frecvenţele energetice subtile, el poate fi instrumentul cel mai preţios prin care energiile spirituale pot lua forma unor idei sau intuiţii miraculoase.

La nivelul cakrei cauzale, Divinul Impersonal se poate manifesta în forme-gând de natură subtilă. Acest centru de energie îndrumă forţa şi energia din suflet în corpul mental, pentru a fi utilizată în scopul funcţiilor biologice. Pentru ca forţa şi energia din suflet să poată fi transmisă pe plan psihic, sunt necesare practicarea meditaţiei şi a autocontrolului, pentru transformarea completă a modelelor mentale inferioare. Dezvoltarea sub control mental de bază reprezintă condiţia principală a activării acestei chakre şi a conectării ei cu Poarta Stelară şi cu Astrul Sufletului. De aceea, se impune ca mintea să se afle într-o stare de echilibru şi receptivitate, înainte ca "Astrul Sufletului" să poată transmite frecvenţele cosmice astrale în acest centru energetic, în scopul creării unor forme-gând pure.

Armonia şi calmul mental reprezintă cheia activării chakrei cauzale, precum şi germenele transmiterii şi transformării mesajelor astrale în modul şi formele noastre de gândire.

Poarta stelară reprezintă punctul de vârf al chakrelor superioare, de unde spiritul conştiinţei umane se extinde şi transmite în sfera divinului, acesta iradiind către vastitatea infinită a spiritului. Centrul energetic "Astrul Sufletului" transmite în ambele direcţii: printr-o spirală ascendentă către energiile cosmice şi simultan o punte descendentă a luminii din suflet către mental.

Chakra cauzală are forma unei spirale îndreptată către interior şi reprezintă totodată baza celor două chakre superioare amintite. Acest centru de energie este asemănător unei platforme de aterizare a energiilor spirituale şi de receptare a acestora, prin intermediul percepţiei conştiente.

Natura chakrei cauzale este pacea, tăcerea. În acest spaţiu matern deschis, doarme latent un potenţial nelimitat, în aşteptarea germinării sale, în urma receptării semnelor astrale, realizând astfel conectarea şi armonizarea impersonalului cu nivelul mai subtil al gândirii umane. Restul celor opt chakre realizează distribuţia energiei, răspândită radiant şi la nivelele subtile, şi care alcătuieşte esenţa de la baza

materialului biologic.

Meditaţiile asupra punctului central al acestei chakre favorizează armonizarea cu sfera lăuntrică sufletească, obţinându-se astfel echilibrul şi pacea interioară, domolind valurile agitate ale vieţii.

Activată, chakra cauzală constituie o sursă infinită de pace şi echilibru în timpul activităţii mentale intense, create de dificultăţile şi greutăţile prin care trece un om într-o viaţă.

Astrul Teluric

Astrul Teluric este localizat cu 15 cm sub tălpile picioarelor. Între chakra cauzală şi Astrul Teluric există cele opt chakre prezentate anterior. Corespondentul pe plan fizic al Astrului Teluric este reprezentat de centri energetici care se află în zona tălpilor. Cele două chakre din talpă şi Astrul Teluric formează un triunghi cu vârful în jos, ce reprezintă nu numai canalul Esenţei Divine prin corpul fizic, ci însăşi temelia stabilităţii, legătura cu Pământul.

Recrearea materiei depinde de infiltrarea razelor astrale în însăşi substanţa aflată la baza alcătuirii Pământului.

Pentru ca energia astrală, stocată în straturile cauzale ale mentalului, să devină parte integrantă a forţelor naturale care există şi să se manifeste pe plan fizic, pentru ca energia cosmică să fie acumulată şi păstrată în aşa fel încât să îşi poată păstra puritatea şi integritatea absolută în formă materială, calea, mijlocul şi secretul constau în activarea simultană a Astrului Teluric cu Poarta Stelară.

Activarea Astrului Teluric modelează şi armonizează natura materialităţii fizice după forţa creaţiei vieţii. Atunci când indivizii vor trăi şi vibra la această frecvenţă, vor deveni expresia vie a autocontrolului perfect.

Fiind complet activat şi acordat să funcţioneze în ritm cu cele trei chakre transpersonale, energiile cosmice se contopesc cu conştiinţele de pe Pământ, ţesând astfel o nouă sferă a existenţei umane. Acesta este rolul pe care noi toţi îl putem

juca în procesul de evoluţie spirituală a planetei.

Planul fizic este guvernat de legea polarităţii. Astrul Teluric este punctul de polaritate vitală, prin care conştiinţa divină a Porţii Stelare, astrul sufletului şi chakra cauzală îşi ating expresia deplină. Astrul Teluric nu poate fi activat decât prin emanaţiile razelor astrale cosmice din chakrele transpersonale. Echilibrul şi armonia create între chakrele transpersonale, situate deasupra creştetului capului, şi Astrul Teluric, situat sub tălpile picioarelor, stabilesc o polaritate simetrică, graţie căreia prezenţa sacră a energiei infinite poate înnoi Pământul, ridicându-i câmpul de vibraţii.

Integrarea spiritului în materie depinde de funcţionarea Astrului Teluric la întreaga sa capacitate. Când toate chakrele vor fi armonizate şi înglobate una în cealaltă, va fi posibilă crearea unei noi materii. Când undele cosmice pătrund prin noi în Pământ, atomii care stau la baza alcătuirii planului fizic vor vibra cu o octavă superioară. Nici măcar nu ne putem imagina ce înseamnă practic acest lucru şi în ce forme se va manifesta el pe Pământ. Esenţial este că această transformare a devenit posibilă. Fiecare avem acum şansa de a renaşte şi de a recrea substanţa materială din care este plămădit pământul. Acesta este mesajul erei Vărsătorului.

Dacă dorim să hrănim planeta cu Esenţă Divină, trebuie să avem voinţa şi fermitatea de a transforma teama în cunoaştere superioară şi de a ne detaşa de tot ce se identifică cu mai puţin decât adevărul ultim. Trebuie să fim întăriţi de înţelegerea şi convingerea că toate lucrurile din lumea materialăsunt supuse schimbării şi în cele din urmă legilor destrămării şi că Esenţa Divină este singura realitate care rămâne, singura "Materie" care supraveţuieşte timpului şi spaţiului, singurul ADEVĂR.

Trebuie să realizăm că noi reprezentăm de fapt această esenţă. Să ne afirmăm şi să ne reafirmăm dorinţa şi promptitudinea de a trăi în consens deplin cu legile de armonie şi iubire necondiţionată care guvernează viaţa spirituală. Să supunem totul acestor legi. Trebuie să ne pregătim să trăim sau să murim dacă este necesar, pentru aceste valori spirituale şi morale pe care, în adâncul sufletului, le simţim adevărate. O nouă lume se va deschide în faţa noastră.

Activarea "Astrului Teluric"

În procesul de pregătire şi întărire a spiritului pentru stimularea şi activarea la nivel maxim a centrului energetic "Astrul Teluric", ne pot fi de mare ajutor meditaţiile solare.

Soarele este energie cosmică zeificată, ca şi cristalele şi, potenţial, ca şi noi. Soarele înseamnă atât lumină spirituală, cât şi formă materială, manifestarea cea mai pură a unităţii vizibilului cu invizibilul, cu alte cuvinte a materiei şi energiei. Adevărata venerare a Soarelui are la bază armonizarea nu doar cu lumina, ci şi cu esenţa ultimă a întregii existenţe, energia impersonală a cosmosului.

Soarele este corpul de lumină al Pământului, la fel cum corpul nostru de lumină există undeva în regiunea "Astrul Sufletului" de deasupra capului. Există miliarde de sori, tot aşa cum există miliarde de oameni. Singurul adevăr care rămâne este faptul că energia şi forţa ce animă toate lucrurile din Univers este Divinitatea. Ne putem armoniza cu această esenţă pură, pe care să o integrăm apoi în sistemul celor douăsprezece chakre.

Meditaţiile solare necesită o mare capacitate de concentrare şi au puterea de a activa cele trei chakre superioare şi, în acelaşi timp, de a acumula această energie în "Astrul Teluric". Se recomandă practicarea meditaţiei o dată la şapte zile. Frecvenţa va creşte în funcţie de nevoia lăuntrică de a intra în legătură cu sufletul Soarelui, prin intermediul meditaţiei.

Meditaţiile solare se practică cu cincisprezece minute înaintea răsăritului sau apusului de soare, perioadă cu puteri miraculoase, când razele de lumină creează în arcuirea lor culori magnifice, pe care le putem asimila în câmpul nostru de aură.

Staţi cu picioarele goale pe pământ şi cu faţa la soare. Cu ochii închişi, respiraţi lung şi profund. Concentraţi-vă atenţia asupra "Astrului Teluric", situat la 15 cm dedesubtul tălpilor. Inspirând profund, extrageţi energie din pământ prin tălpi, iar prin spatele picioarelor dirijaţi-o către baza coloanei vertebrale. Simţiţi cum această energie urcă de-a lungul coloanei vertebrale spre creştetul capului, unde iese în întâmpinarea

"Porţii Solare". Ţineţi-vă respiraţia timp de o clipă, după care, încet, începeţi să expiraţi, în timp ce energia este dirijată din nou în creştetul capului, apoi în jos către centrul abdomenului, de-a lungul picioarelor, pentru a se îndrepta din nou spre nucleul de pornire din "Astrul Teluric".

Continuaţi să respiraţi în această manieră circulară timp de opt-zece minute. Vizualizaţi radiaţiile de lumină aurie care circulă prin întreg sistemul de chakre, în acelaşi timp cu razele trimise de marele Soare central, situat în centrul Căii Lactee.

Respiraţi adânc, cu ochii închişi şi cu braţele îndreptate spre cer, cu puţin timp înainte de apusul Soarelui sau imediat după ce a răsărit. În timp ce respiraţi, ridicaţi braţele într-un unghi de 60 de grade, cu palmele îndreptate spre Soare. Menţineţi braţele în această poziţie şi lăsaţi energia Soarelui să pătrundă prin palme, dirijând-o apoi prin braţe către chakra inimii. În acest fel, stimulaţi centri energetici de la nivelul palmelor, crescând astfel puterea de vindecare care pătrunde în corp prin mâini.

Apoi deschideţi ochii, coborâţi braţele şi permiteţi aurei să capteze şi să absoarbă razele de lumină, în timp ce savuraţi frumuseţea şi splendoarea unică a apusului sau răsăritului de Soare.

Respiraţi normal câteva clipe. Continuaţi, îndreptând privirea către centrul Soarelui. Însă ATENŢIE! Nu priviţi direct Soarele în cele trei minute de dinainte de răsărit sau imediat după apus. Lumina prea puternică poate dăuna ochilor. La început priviţi unu-două minute, înainte de apus sau după răsărit. Contactul direct al ochilor cu lumina Soarelui nu trebuie să depăşească 5 minute.

În timp ce realizaţi această legătură cu Soarele, continuaţi să practicaţi exerciţiile de respiraţie circulară, permiţând astfel ca centri de energie "Astrul Teluric" şi "Poarta Stelară" să se polarizeze unul pe celălalt, armonizându-şi ritmul şi frecvenţa, iar restul chakrelor se vor armoniza una cu cealaltă şi fiecare la rândul ei, cu cei doi poli.

În timp ce privirea este focalizată în centrul Soarelui, se pot simţi modificări la nivelul conştiinţei: rotaţia pământului şi legătura intimă cu Soarele. Intensificându-ne din ce în ce mai mult starea de concentrare, se poate realiza armonizarea cu soarele dincolo de soare, stabilindu-se o legătură intimă cu Marele Soare Central. Dacă pacea interioară este destul de adâncă, conştiinţa noastră va putea traversa într-o clipită

imense spaţii astrale, călătorind până la Marele Soare Central, şi contopindu-se astfel cu esenţa a tot ceea ce există.

Încet, încet, Soarele asfinţeşte dincolo de orizont. Conţinuaţi să circulaţi energiile "Astrului Teluric", care conferă stabilitate şi echilibru, călăuzindu-vă toată conştiinţa în corpul fizic. Pe parcursul meditaţiei, menţineţi-vă ritmul respiraţiei constant. La sfârşitul meditaţiei se împreunează palmele la nivelul pieptului, simbolizând triumful creaţiei, etapă care încheie acumularea de energie vitală din feeria de raze luminoase ce învăluie cerul în sclipiri multicolore.

Pentru menţinerea chakrelor într-o stare de armonie şi de puritate, exerciţiile de respiraţie pot fi practicate regulat, indiferent de aceste meditaţii.

Soarele este un prag al luminii, o deschidere spre alte dimensiuni, o poartă prin care putem pătrunde în sfere galactice infinit de mari. Meditaţiile solare reprezintă un mijloc prin care putem acumula şi integra Esenţa Divină în miezul fiinţei noastre.

Atunci când conştiinţa umană intră în legătură cu sufletul Soarelui, cu corpul de lumină al planetei noastre, cu Marele Soare Central ce hrăneşte cu energie vitală micul nostru astru, şi în cele din urmă cu imensa forţă cosmică, care stă la baza Universului nemărginit, se percepe de fapt miezul mesajului cristalin, ce străluceşte peste toţi şi peste toate.

Mesagerii Esenţei Divine

Trebuie să fim conştienţi de importanţa misiunii noastre. Trăim un timp unic. Să profităm deci din plin de potenţialul ce se ascunde în noi, de şansa pe care o avem de a schimba lumea, chiar dacă vor trece sute de ani până ce acest mesaj spiritual va fi recepţionat în întreaga lume, sau chiar mai mult... Este necesar primul pas. Transmiterea acestei esenţe de origine divină aduce odată cu ea tămăduirea, vindecarea deplină. Transformarea va pleca de la relaţiile cu noi înşine şi apoi cu semenii noştri. Apoi schimbarea va cuprinde treptat întregul Univers, aducând armonia între naţiuni, atât în probleme de ordin material, cât şi pe plan cultural sau spiritual.

Trebuie să ne pregătim pentru marile transformări ce vor urma. Să păstrăm certitudinea că adevărata noastră esenţă se află în stratul cel mai adânc al fiinţei noastre, în spaţiul sacru al inimii care ne animă. Esenţa noastră spirituală, pură odată, activată, va emana din fiinţa noastră unde de pace şi armonie în jur. Favorizând un schimb subtil de energii aurice şi cosmice, ne vor schimba total atitudinea noastră faţă de cei din jurul nostru. Într-un mod conştient sau nu, important este că acest transfer energetic are loc, timp în care noi emitem în exterior energie spirituală din corpul nostru de lumină.

Noi suntem mesagerii. Nu trebuie decât să transmitem acest mesaj al iubirii, lăsând restul în voia înţelepciunii divine. Decizia aparţine Puterii. Iar dacă vor exista destui oameni care să asimileze Spiritul Divin în propria lor fiinţă, va fi posibilă o transmutaţie, o transformare la nivel global. Prin urmare, depinde numai de noi, de dorinţa, voinţa şi capacitatea noastră de a face din această realitate un obiectiv prioritar.

Cum se realizează practic acest deziderat? După ce se pătrunde cu conştiinţa în inima Soarelui, asimilându-se mental esenţa acestuia, se petrec următoarele fenomene. În primul rând are loc activarea chakrei superioare "Poarta Stelară". Astfel, vom putea recepta razele cosmice în corpul nostru şi le vom transmite "Astrului Teluric", pământului de sub noi.

În timp ce corpul nostru de lumină este integrat în corpul nostru fizic, corpul de lumină al planetei, reprezentat de Soare, se va contopi cu substanţa materială a Universului. Iată care este secretul acestui fenomen: revelaţia absolută a unităţii are loc prin noi, ca fiinţe vii cu un potenţial spiritual incredibil. Puterea este în noi!

Esenţa supremă - motorul vieţii universale

Este important ca noi - fiinţe aflate pe calea spiritualizării - să ieşim din sfera exclusiv personală de la nivelul limitat uman şi să pătrundem în acea sferă divină impersonală, care să ne guverneze de acum toate activităţile şi interesele omeneşti.

Această esenţă de natură divină este foarte dinamică şi vitală. Ea

face ca inima noastră să bată, oferă trupului nostru capacitatea de a îndeplini nenumărate şi uimitoare funcţii, dând totodată minţii noastre avântul şi impulsul creator de gânduri conştiente. Pe scară mai largă, această energie determină simultan rotaţia Pământului în jurul axei sale şi în jurul Soarelui, orchestrând întreaga galaxie în ritmul unor vibraţii perfect armonioase.

Dacă această forţă prezentă peste tot este motorul vieţii universale, de ce să nu ne punem toată încrederea în ea, ca să ne dirijeze, ca să ne îndrume faptele şi problemele lumeşti, cu care ne confruntăm zi de zi?

Identificarea şi raportarea la impersonalitatea naturii noastre divine nu presupune pierderea legăturii cu preocupările normale din viaţa de zi cu zi. Nu înseamnă că toate acele lucruri importante pentru noi vor fi neglijate sau uitate. Nu vom fi indiferenţi faţă de lumea materială, fizică, care de altfel va reprezenta de acum, cea mai mare încercare a spiritului nostru. Aceasta presupune că dorim de acum să umplem realitatea fizică cu acea esenţă supremă, pe care am descoperit-o, pentru a fi pe aceeaşi lungime de undă cu miracolul, cu dimensiunea fenomenală, extraordinară a existenţei.

Forţa divinităţii este prezentă în toate lucrurile şi fiinţele plămădite din spirit. Pe acestea le putem recunoaşte ca adevărata noastră identitate, pe care am reprezentat-o înainte de această viaţă sau înaintea oricărei vieţi umane, şi care ne reprezintă până când Pământul va înceta să se mai rotească şi Soarele să strălucească.

Cum este posibil să aducem divinul în sfera personală, umană a existenţei? Prin ce mijloace vom introduce spiritul în fiinţa noastră, în trupul nostru, în fiecare nerv sau în fiecare celulă care ne alcătuieşte? Cu siguranţă că numai prin intervenţie divină, pe care generaţii întregi de coduri genetice au transformat-o în sărăcie, lipsuri, suferinţă, insecuritate, conflicte şi războaie, dar care poate fi redimensionată şi reprogramată. Pentru acest lucru avem nevoie de un efort sincer, de hotărâre şi perseverenţă şi poate cel mai important lucru, de receptivitate.

Ceea ce putem face în acest stadiu este să creăm o punte între mintea, inima, trupul nostru şi această prezenţă, pentru ca ea să poată prinde viaţă pentru noi. Această receptivitate va crea în interiorul nostru un spaţiu special găzduirii fluxului de energie vitală pură de origine divină.

Acest spaţiu nu va fi contaminat de idei preconcepute, prejudecăţi sau de identificări anterioare, ci va fi deschis tuturor posibilităţilor şi potenţialelor creatoare.

Numai o tăcere şi o pace lăuntrică, de dimensiuni sacre, poate face ca această prezenţă să devină pur şi simplu o parte din fiinţa noastră. Pentru ca această chemare să aibă răspuns, este nevoie de meditaţie, de liniştirea minţii şi de deschiderea porţilor inimii. Însă, odată ce vor pune bazele acestei noi identităţi, viaţa noastră se va schimba, intrând în ritm şi armonie cu acea pace care inundă această prezenţă sacră.

Nu are rost să încercăm să definim sau să analizăm modul în care se va manifesta această prezenţă, nu trebuie decât să o primim cu sufletul deschis şi să o suprapunem peste structurile şi formele vechi, marcate de iluzii şi suferinţe. Restul va decurge în mod natural, purtând pecetea perfecţiunii divine. Aceasta este perioada de pregătire care precede uniunea spiritului, a corpului nostru de lumină cu corpul fizic.

Tehnica integrării corpului de lumină în cel fizic

Acum este momentul în care galaxia noastră îşi finalizează revoluţia în jurul Marelui Soare Central. Vom fi martorii începutului Erei de Aur a Vărsătorului, care va marca următorul stadiu de evoluţie a omenirii. Ca fiinţe spirituale, avem unica şansă de a asimila abundenţa razelor benefice de lumină cosmică cu care marele Soare Central ne binecuvântează planeta.

Aceste emanaţii solare, folosite în mod corespunzător, pot străpunge vălul întunecat de teamă şi îndoieli, care ne-au măcinat şi ne consumă în continuare conştiinţa şi energia vitală. Pentru ca acest lucru să devină posibil şi pentru a ne putea contopi cu esenţa vieţii, a tuturor lucrurilor vii, este necesară îndeplinirea anumitor condiţii preliminare şi a câtorva măsuri de ordin practic.

Ar fi bine să ne deschidem inima în mod conştient, în faţa acestei forţe unice şi infinite: Divinul Impersonal.

Mentalul nostru ar trebui abordat şi reprogramat în mod conştient,

urmând etapa de purificare, în care să abandonăm vechile concepţii, pe care ni le-am construit în legătură cu natura vieţii şi a lumii din care facem parte.

Fundamentul integrării corpului de lumină în corpul fizic va fi creat de meditaţia profundă prin afirmarea, confirmarea şi identificarea cu esenţa sacră "Eu sunt".

Caracterizate prin sensibilitate şi fragilitate, sufletele noastre au şi ele nevoie de tămăduire şi revigorare. Aceasta presupune refacerea şi remodelarea noastră la nivel emoţional, înţelegând sensul durerii şi al suferinţelor prin care am trecut ca fiinţe umane. De asemenea, credinţa şi speranţa vor genera puterea noastră de a iubi mai profund şi mai deplin.

La rândul lui, corpul fizic va fi şi el pregătit cum se cuvine pentru a face faţă fluxului masiv de energie spirituală, pe care urmează să îl primească, de îndată ce lumina va începe să coboare în materie. Astfel, exerciţiile fizice au ca scop întărirea organelor şi a musculaturii; tehnicile de respiraţie măresc capacitatea de oxigenare a creierului; consumul de apă pură, un regim alimentar sănătos pentru organism, precum şi perioadele regulate de relaxare şi destindere, atât fizică cât şi psihică, vor fi câteva din condiţiile cele mai importante care ar trebui să fie îndeplinite la nivel fizic.

Pentru reuşita în ansamblu a acestui stadiu pregătitor, ar fi bine să realizăm etapele iniţiale de purificare, vindecare şi revigorare, înainte de a trece la parcurgerea metodelor propriu-zise de iniţiere în procesul de integrare a corpului de lumină în corpul fizic. Această etapă de pregătire poate dura luni, săptămâni sau ani, în funcţie de perseverenţa fiecăruia. Paşii trebuie făcuţi cu multă răbdare.

Transformările remarcabile care apar în perioada preliminară sunt caracterizate de o anumită detaşare de iluziile, de aspectele lumeşti trecătoare. Acest lucru înseamnă adoptarea unei viziuni mai largi şi de perspectivă a vieţii, precum şi o gândire pozitivă, dătătoare de încredere şi speranţă. Lucrurile vor fi privite în latura lor luminoasă, iar problemele şi conflictele vor fi tratate cu o atitudine de seriozitate şi totodată cu detaşare emoţională.

Însă toate acestea nu exclud sentimentul de compasiune. Vom

dobândi o profundă siguranţă interioară, ce va învinge orice temeri, precum şi o capacitate deosebită de a recunoaşte şi aprecia frumuseţea vieţii, în variatele sale forme sau aspecte concrete. Vom dobândi o încredere deplină în forţa cosmică ce ne-a creat şi care va constitui forţa care ne va arăta drumul şi sensul vieţii noastre. Sensibilitatea, receptivitatea noastră la toate schimbările care se vor petrece în universul nostru lăuntric ne vor schimba la rândul lor modul de a privi universul exterior. Primul semn va fi o mai mare linişte interioară şi un veritabil sentiment de recunoştinţă pentru această experienţă unică, pe care o trăim şi care poartă numele de **viaţă**.

Identificarea cu noi înşine, cu esenţa cristalului pur, lăuntric

"Fie ca Tu să depăşeşti toate dualităţile şi să-ţi găseşti în interior, unde locuieşte adevărata frumuseţe şi împlinire, perechea sufletului tău".

(Bendri C. Cetin)

Identificându-ne total şi definitiv cu suferinţele, durerile, pasiunile, cu gândurile sau cu trupurile noastre de carne, acestea ne-au impus o imagine limitată, dacă nu falsă, a eului personal. Timpul şi energia noastră au fost cheltuite pe experimente ce aparţin vieţii în tot ce are ea mai material şi mai lumesc, cum sunt pasiunile, toate teoriile noastre închistate sau sentimentul îngust al eului, însă toate acestea au o soartă efemeră.

Ne-a fost imposibil să realizăm că de fapt funcţionăm în limitele unei identităţi false, care se îndepărtează tot mai mult de adevăratul nostru eu, Eul Superior. Astfel cădem sub influenţa legilor care guvernează natura trecătoare, efemeră a acestei lumi.

A sosit timpul să ne raportăm, într-un mod cu totul nou, la lumea în care trăim; stă acum în puterea noastră să ne contopim cu întregul. Senzaţia profundă a contopirii cu toate lucrurile şi fiinţele duce la o nouă relaţie cu Pământul.

Când vom cunoaşte că toate lucrurile sunt plămădite din aceeaşi esenţă de energie spirituală, vom dobândi acea iubire necondiţionată universală, care va cuprinde atât binele cât şi "răul", lumina şi întunericul, tristeţea şi suferinţa, toate creaturile mici sau mari.

Această îmbinare a aspectelor complementare yin şi yang, prezente în interiorul fiinţei noastre, se va reflecta în lumea exterioară, completând golurile create prin separarea noastră unul de celălalt: eul personal, ego sau eul uman şi Eul Superior. Astfel, este posibilă crearea pe Pământ a undelor luminoase ale spiritului, precum şi transformarea la nivel global. Vremurile cer ca un număr tot mai mare de oameni să **primească acest mesaj şi să-şi revendice moştenirea divină - aceea de a descoperi spiritul pur din adâncul fiinţei şi de a trăi şi a privi prin lumina acestui adevăr, toate aspectele existenţei.**

Şansa imensă care urmează să o valorificăm este identificarea **noastră cu noi înşine, cu miezul şi esenţa pură a fiinţei noastre şi care nu este altceva decât eterna iubire necondiţionată.**

Ca parte a Universului uriaş, omul este o celulă, un infim fir de praf pierdut în nemărginire, înzestrat cu spirit - scânteia divină - şi conştiinţă, care are liber arbitru. De aceea, adesea îşi depăşeşte condiţia, caută neobosit, riscă, cercetează, descifrează tainele Universului, face uimitoare descoperiri. Însă, în cele din urmă, şi-a fixat privirea pe cer şi nu s-a mai speriat de măreţia nemărginirii sale.

Vă invit acum să devenim receptivi cu mintea şi cu inima faţă de acele principii şi legi spirituale, care sunt mai presus de orice lege lumească supusă vremelniciei!

Intrăm într-o nouă eră a dezvoltării noastre, în care va fi posibil să descoperim că Dumnezeul din ceruri, la care ne-am rugat, există chiar în adâncul inimii noastre. Să ne încumetăm să căutăm în noi înşine acel loc în care să ne putem contopi cu însăşi forţa creaţiei!

Este posibil nu numai să ne conectăm, ci şi să ne alimentăm tot timpul, chiar să ne identificăm în profunzime cu această forţă, hrănindu-ne mintea cu înţelepciunea ei infinită şi inima cu compasiunea şi iubirea necondiţionată. Această posibilitate există, însă pentru ca ea să devină

realitate, trebuie să facem paşi concreţi.

Ştiinţa a înaintat cu paşi giganţi, dar toate progresele s-au realizat în domeniul lumii materiale. A venit timpul când ea ar trebui să pună suflet în formele pe care le-a creat. Până acum, omul de ştiinţă n-a găsit nici cea mai mică urmă a sufletului. El n-ar putea să înregistreze pe instrumente vibraţiile acestuia la fel cum contorul înregistrează curentul electric sau gazul ars.

Rămâne o altă cale, aceasta nefiind una convenţională, dar ar duce la scop: descoperirea sufletului. Calea pe care îmi propun să o descriu este o metodă foarte veche, ce porneşte de la originea Antichităţii. Această explorare a lumii interioare merită osteneala. Se află în spiritul omului şi al animalului ceva ce nu este nici inteligenţă, nici sentiment, care este mai profund decât acestea, ceva căruia numele de intuiţie i-a fost aplicat pe drept.

Când ştiinţa va şti să ne explice lămurit de ce un câine sau o pisică îşi găseşte stăpânul aflat la sute de kilometri, de ce şoarecele de câmp se închide ermetic în gaura sa, înainte ca gerul să sosească, de ce animalele se adăpostesc înaintea furtunii, de ce broasca ţestoasă parcurge mii de kilometri şi se întoarce în acelaşi loc unde s-a născut pentru a-şi depune ouăle, cine conduce păsările călătoare în lungul lor drum, vom înţelege că intuiţia este un conducător mai bun decât inteligenţa. Ştiinţa, care a smuls naturii cele mai surprinzătoare secrete, n-a descoperit încă până acum izvorul intuiţiei.

Inteligenţa este capabilă de a-şi pune o mulţime de întrebări, privind omul, destinul, moartea, însă este incapabilă să le dezlege. Chiar dacă ştiinţa va mai cunoaşte multe din misterele Universului, ea va mai rămâne faţă în faţă cu cea mai mare dintre întrebări: **"Omule, te cunoşti tu pe tine însuţi"?** Suntem plini de curiozitate privind tainele Universului care ne înconjoară, dar rămânem indiferenţi, nu ne cunoaştem pe noi înşine!

Dacă în conştiinţa noastră va trăi certitudinea constantă a propriei noastre divinităţi, noi vom putea să asimilăm energia şi forţa care ne-a creat, devenind destul de puternici să transformăm lumea, să rupem jocul fricii, care ne ţine legaţi de tot ceea ce este sortit pieirii.

Devenind în armonie cu spiritul, în interiorul nostru se vor

redeschide şi reactiva anumite canale subtile, ajunse în stadiul în care se află acum, datorită proastei şi abuzivei întrebuinţări. Dacă aceste căi se vor purifica, ele vor fi în măsură să transporte energia spirituală în venele noastre, hrănindu-ne fiecare celulă cu amintirea identităţii noastre şi a adevăratei noastre meniri, cărora numai divinitatea le poate da sens.

Secretul pe care trebuie să-l aflăm, pentru a aduce forţa Spiritului pe Pământ, este identificarea noastră conştientă cu aceste energii. Detaşarea faţă de imaginile şi noţiunile preconcepute din subconştient va crea condiţii optime pentru a putea redefini noua identitate, în mod conştient. Numai atunci va sta în puterea noastră să ne recreăm identitatea şi personalitatea, în maniera pe care ne-o dorim. Realităţile noastre de la nivel mental, fizic şi emoţional vor putea fi remodelate, astfel încât să se armonizeze cu noua ordine care va avea alte priorităţi. Care este însă esenţa noastră lăuntrică ce se cere a fi redescoperită şi reafirmată, acel "absolut" pe care mulţi îl caută cu disperare în lumea exterioară? Dumnezeul din interiorul fiinţei noastre este singura sursă de pace, iubire şi adevăr.

Detaşarea. Este timpul să reevaluăm, redefinim şi să ne canalizăm din nou toate energiile vitale, în funcţie de aceste noi priorităţi. Să scăpăm de ataşamente. Unul din cele mai puternice programe, de care eul nostru s-a ataşat inconştient, este strategia de "atac-reacţie de apărare". Acest program stă la baza oricărui conflict care se declanşează în noi sau în lume. Acordându-i o maximă importanţă în viaţă sau în relaţiile noastre cu semenii, această moştenire genetică perpetuează la nesfârşit conflicte între oameni sau războaie între naţiuni.

Ataşându-ne de eul nostru personal, ne simţim ţinta atacurilor venite din exterior. Dacă se întâmplă ca o persoană să ne aducă ofense sau să ne atace pe cale verbală, să nu uităm că de noi depinde dacă acceptăm sau nu aceste provocări. Acceptând, există riscul de a cădea în mod inconştient victime acestui mecanism agresiv de apărare împotriva atacurilor exterioare. În încercarea de a ne apăra eul fragil, fie ne vom retrage sub imperiul fricii, în carapacea noastră aparent protectoare, fie ne vom "apăra", adoptând o atitudine ofensivă şi violentă. Este atât de uşor să vrem să ne impunem de fiecare dată punctul

de vedere, să forţăm "recunoaşterea dreptăţii" noastre, să ocupăm o poziţie ofensivă, în centrul unui conflict cu cei ce nu gândesc ca noi!

Era dominată de vechile programe genetice, care operează sub legile şi forţele declanşate de mecanismul fricii, trebuie depăşită. Însăşi temelia vieţii va trebui să fie reclădită, astfel încât să fie în acord deplin cu acea esenţă impersonală, care dă viaţă tuturor lucrurilor şi fiinţelor. Dacă imaginea noastră de sine este modelată astfel încât să cuprindă esenţa a ceea ce suntem cu adevărat, vom alege **calea stăpânirii de sine.**

Identificându-ne în mod conştient cu nucleul de iubire al fiinţei noastre, încercând să creăm pace, vom descoperi în noi o mai mare putere de înţelegere; prin lărgirea conştiinţei noastre şi deschiderea în faţa altor puncte de vedere, vom găsi în cele din urmă armonia. Acest nou fel de experienţă nu se mai bazează pe acele definiţii limitate ale realităţii, cu care am fost învăţaţi, ci acele legi ale spiritului care se află în armonie cu întreaga creaţie universală.

Trebuie să dezactivăm acest program genetic de "autoapărare agresivă", adoptat cu sinele nostru şi cu cei din jur. Dacă suntem împăcaţi cu sine, vom putea crea înţelegere şi armonie cu cei din jurul nostru, cu părinţii, copiii, prietenii, vecinii sau cu partenerul nostru de viaţă, ca să nu mai vorbim de pacea şi înţelegerea între naţiuni.

Dacă dorim să supravieţuim ca specie, vom fi nevoiţi să înlocuim acest program, cu unul în care securitatea noastră interioară să fie puternic înrădăcinată în divinul pe care îl cuprindem şi care ne cuprinde. Trebuie să ne adunăm şi să ne consolidăm energiile, atât la nivel personal cât şi împreună, şi să ne legăm conştiinţa de Spiritul Infinit. A sosit timpul să ne identificăm conştient cu acel izvor sacru din adâncul fiinţei noastre, de unde putem să luăm în orice clipă energie tămăduitoare şi protectoare - **esenţa cristalului pur, lăuntric.**

Identificându-ne cu "esenţa a tot ce există", înăuntrul propriului sine, încercând să trăim conform acestui adevăr, se nasc germenii unei noi fiinţe, care poate înflori şi se poate împlini infinit şi pe nebănuite căi. Dacă afirmăm cu convingere şi credinţă **"Eu sunt esenţa pe care o caut"**, se vor petrece mari transformări şi nu numai în spaţiul nostru sacru, ci şi în spaţiul exterior, al contactului nostru cu

semenii şi cu lumea.

Şi cu toate acestea, cum vom putea noi explica că ceea ce interesează mai mult fiinţa umană este Eul însuşi, Eul Superior? Ce este, deci, acest EU?

Eşti tu una cu Universul?

"Fie ca Tu să depăşeşti toate suferinţele şi fie ca Tu să te bucuri din plin de viaţa Ta, cu pacea şi energia dăruită de înţelegerea Adevăratului Tu - Tot ce există este Sursa şi Tu eşti aceea".

(B.C. Cetin)

Dacă întrebăm clarvăzătorii şi ne adâncim privirea cu ei în nebuloasele epoci ale Antichităţii preistorice, atingem o perioadă în care omul, cu totul eliberat de actualul său corp de carne, era într-o formă electromagnetică, strălucitor corp eteric. Mai departe..., încă mai departe..., este fiinţa sa interioară: el a dezbrăcat toată pasiunea şi toată emoţia personală, orice sentimente de dorinţe, frică, mânie, poftă etc. Doar gândirea funcţionează încă în conştiinţa sa, atingând prin unde suprafaţa spiritului şi legându-l încă de viaţa personală.

Şi astfel, îl urmărim privind în urmă, până în momentul când nici gândirea nu mai există, sau nevoia de a mai gândi logic şi continuu pentru a obţine înţelegere, a dispărut şi ea. Nu numai că omul nu avea nevoie de facultatea de a gândi, dar îi era chiar un obstacol, căci el atinsese în acel moment starea de "dezgolire", care este viaţa pură a Eului real. Sau, altfel spus, rasa umană, în decursul lungii sale istorii, a suprapus un al doilea Eu naturii individuale şi originale, cu care fiecare din noi a început această viaţă.

Acest al doilea Eu obişnuit, numit persoană, a fost chemat la existenţă prin unirea particulelor de conştiinţă, sustrase din Eul real şi veşnic conştient, şi particule din materia inconştientă, din care a fost format corpul fizic.

Acest al doilea Eu, apărut ulterior, este acela pe care fiecare îl numeşte eul personal sau personalitatea. Cum apare ea? Personalitatea

apare încă de la naştere şi pe măsură ce avansăm în cunoaşterea căilor lumii. Altfel spus, când acţiunile şi comportarea celor din jur ne afectează dorinţele, confortul şi progresul, apare personalitatea - eul inferior numit şi eul personal.

Modelată de obiceiuri, prejudecăţi, dorinţe, emoţii, modalitatea de a gândi şi acţiona ne permite să ne realizăm ambiţiile. Apare atracţia înşelătoare a lumii care învăluie sufletul în destin, anulându-i astfel libertatea absolută. Uită cine este, de unde vine, unde va merge şi care este adevăratul ţel în viaţă.

Astfel, sufletul îşi uită adevărata sa natură, aceea a Sinelui Suprem Nemuritor. Implicarea în sentimentele lumeşti îl condamnă să rămână acolo. Noi suntem o parte a Sinelui Universal şi a rămâne în această condiţie de separare de acesta nu este decât o agonie. **Este foarte important să ajungem la El, la Spiritul Universal. Majoritatea oamenilor îl caută în afara lor. Pentru a-L găsi cât mai repede, este necesar să-L căutăm în noi. Dumnezeu este în noi! Iisus este în noi! Doar aşa ascensiunea spirituală va fi directă şi rapidă.**

Ataşamentele în lucrurile lumeşti, perisabile, trecătoare, ne conduc către implicarea în acţiune, care la rândul ei se va repercuta în această viaţă sau într-o viaţă viitoare. Dorind să ne eliberăm de înlănţuirea ataşamentelor şi a limitărilor, ar trebui să ne dedicăm trup şi suflet acestui Adevăr:

"Prezenţa lui Dumnezeu poate fi resimţită în inima care renunţă la ataşamente, aversiuni sau teamă". (Sri Ramakrishna)

Divinul este întotdeauna gata să întindă o mână de ajutor celor care sunt devotaţi ţelului propus: "Acela care nici nu se bucură şi nici nu urăşte, care este acelaşi în faţa durerilor şi plăcerilor, renunţând la bine şi la rău, plin de devoţiune faţă de Divinitate".

Căutătorul spiritual devine mai puţin interesat de impactul său asupra lumii şi urmăreşte cu ardoare relevarea deplină a Eului său real şi divin, unirea cu Spiritul Universal. Dumnezeu este în interiorul şi exteriorul nostru, atotcuprinzător, fără de început şi fără de sfârşit, imanent şi transcendent. El este Sinele oricărei fiinţe umane. Realizarea Sinelui, uniunea Conştiinţei sale cu Conştiinţa Universală este Ultimul Adevăr,

este Ţelul suprem, singura cale de a scăpa de ciclul reîncarnărilor. În spatele omului pe care-l cunoaştem, se află un alt om pe care nu-l vedem, în spatele acestui om de carne trăind o strălucitoare şi sublimă Conştiinţă.

Dar primul şi adevăratul Eu, care există înainte ca gândirea şi dorinţa să fi creat corupţia în om, poate acel pe care puţini din noi îl cunosc, care este subtil şi mai puţin aparent şi care ne face pe toţi să facem parte din natura divină, veşnic viu, el planând deasupra capetelor noastre, atribut îngeresc de neconcepută grandoare şi de o misterioasă subtilitate, este Eul Superior.

Această doctrină a Eului real al omului este admirabil definită de unii din clarvăzătorii Indiei: "Văzând, dar invizibil; auzind, dar neascultat; observând, dar neobservat; cunoscut, dar necunoscut este Eul tău, suveranul tău lăuntric, Nemuritorul".

Viaţa noastră adevărată se scurge sub masca superficială a personalităţii pe care o arătăm lumii. Ocupantul, trăind în casa de carne, este mai important decât carnea, este **Eul tău Superior.**

Primul pas

Orice călătorie, oricât de lungă ar fi, începe cu un pas. Noi te putem ajuta să-ţi îmbunătăţeşti viaţa, dar tu trebuie să faci primul pas. Odată ce l-ai făcut, fiecare pas te apropie de ţintă. Mă adresez celor care se interesează în mod sincer de misterele vieţii. Ca orice călătorie, şi aceasta este însoţită de aventură. Vă invit la o incursiune spre regiunile necunoscutului, pentru a încerca să ne regăsim adevărata noastră fiinţă, asemănător urmăririi meandrelor unui râu în susul muntelui, pentru a-i descoperi izvorul.

Toate forţele Universului sunt concentrate în fiecare din noi. A le descoperi presupune a începe să căutăm **cheia. Această cheie este cea a Adevărului spre Lumină - cunoaşterea de sine.** Căutătorul Adevărului este entitatea inteligentă numită OM, dotată de Creator cu spirit - acea scânteie divină din noi, acea frumuseţe care se cere a fi căutată şi care ne luminează Calea - şi cu conştiinţă -

care are liber arbitru.

Conştiinţa îi oferă posibilitatea de a hotărî singur pentru sine, încearcă să pătrundă prin diferite mijloace în aspectul esoteric al vieţii, exprimă un real interes pentru a descoperi Esenţa legăturilor dintre fiinţe şi lucruri, dintre ele şi Univers, dorind probe tangibile despre existenţa acesteia.

Dorinţa de a căuta, de a cerceta, de a cunoaşte, a fost sădită în profunzimile fiinţei sale de către Cel care ne-a creat după chipul şi asemănarea Sa, pentru ca, prin aceasta, să-L căutăm neîncetat sub forma Adevărului şi astfel să găsim drumul înapoi, spre adevăratele noastre origini. Originea divină! Noi suntem fii de Dumnezeu, în exil, care odată cu dezvoltarea personalităţii (ego) am uitat de unde am venit. Prin noi înşine ne-am separat de strălucirea lui Dumnezeu, prin noi înşine trebuie s-o regăsim, dând posibilitatea Eului nostru gânditor să triumfe asupra materiei.

Calea vieţii ne permite să lucrăm cu ceea ce noi avem mai de preţ pe Pământ, acum şi aici - trupul, respiraţia şi mintea - cu scopul de a redobândi comorile originare ale Esenţei, Energiei şi Spiritului Primordial. Ne învaţă cum să folosim valorile temporare ale vieţii, pentru a reface comoara eternă a conştiinţei primordiale, cum să ajungem la infinit prin extinderea finitului, cum să curăţăm cerul de poluare, cum să trăim simplu într-o lume complexă şi cum să dobândim calmul şi claritatea mintală în mijlocul confuziei vieţii corporale.

Ne înzestrează cu înţelegerea spirituală, cerută pentru a depăşi moartea şi a scăpa de ciclul fără de sfârşit al renaşterii care marchează existenţa corporală, ajutându-ne să intrăm pe tărâmurile simple, pure şi clare precum cristalul, rezervate celor iluminaţi spiritual. Este o ţintă măreaţă, pe care doar cei disciplinaţi şi talentaţi o ating şi aceasta numai după o lungă perioadă de practică sârguincioasă şi concentrare fermă.

Calea spirituală ne sfătuieşte cum să ne bucurăm de existenţa noastră corporală, în timp ce ne eliberează de frica de moarte şi ne pregăteşte pentru a aspira la ultima ţintă a iluminării spirituale, "a întoarcerii la origini", la conştiinţa pură, la conştiinţa cosmică.

Tot ce avem de făcut este să ne selectăm propriul itinerar din multitudinea de căi, să-i rămânem fideli, să ne păstrăm direcţia aleasă şi să nu ne abatem în mers din drum; mai devreme sau mai târziu vei ajunge acolo unde ţi-ai propus.

Călătoria în sine prin efortul depus reduce o parte din plăcere. Dar, te învaţă cum să te bucuri de călătorie fără să-ţi epuizezi resursele sau să pierzi şansa unei zile, când ai "parcurs toată calea", până la singura sursă a Creaţiei, să te întorci pe deplin conştient acolo unde de fapt îţi este locul.

Înăuntrul tău, dincolo de lumea gândurilor, de lumea simţurilor, de lumea raţionamentelor lumeşti, dincolo de prezenţa ta terestră, dincolo de ceea ce exişti, de ceea ce te vezi, de ceea ce te văd alţii şi te cunosc, dincolo de tot văzutul, auzitul şi simţitul - eşti Tu, total, adevărat, eşti supraconştientul. În acel Tu, se află adâncurile, profunzimile, iar acele adâncuri reprezintă magazia noastră de fapte şi simţiri, frământări şi victorii. E TOT.

A sosit momentul să căpătaţi încrederea în adevărurile eterne ce guvernează viaţa. Acestea nu se vor schimba niciodată. Astfel, veţi progresa spiritual din ce în ce mai mult, obţinând însăşi Cunoaşterea Divină. Această carte poate fi privită ca un adevărat ghid, conţinând modalităţi practice de ascensiune spirituală a sufletului individual prin planurile subtile ale conştiinţei, ascensiune încununată în final de disoluţia în conştiinţa supremă, în **Absolut.**

Realizarea spirituală ne ajută să ne ridicăm deasupra consideraţiilor limitate ale egoismului, ignoranţei şi lăcomiei. Ea va fi un ajutor deosebit cititorului însetat de cunoaştere, hrănindu-i înţelegerea reală şi ajutându-l să se integreze printr-o trăire profundă în lumea universală a spiritului, indiferent de credinţă sau culoare.

Viaţa spirituală este o disciplină practică, al cărei ţel este atins după o îndelungată luptă a spiritului pentru cucerirea Adevărului. Este necesară multă muncă, să experimentaţi permanent, să cultivaţi pacea interioară, fără de care nu veţi ajunge la nici un rezultat. Cu linişte, cu seninătate şi deplină încredere în posibilităţile proprii, puteţi face ceea ce v-aţi propus, puteţi face totul. **Cunoaşterea de sine este Cheia Adevărului spre Lumină. Cunoaşterea de**

sine este o cunoaştere subtilă.

Suntem Fii ai Creaţiei. Suntem la fel, dar nu identici, căci fiecare dintre noi avem ceva specific, care ne caracterizează. Creaţia este perfectă, dar noi am reuşit să ne depreciem şi trebuie să ne întoarcem la perfecţiune.

În noi este Totul şi noi suntem în Tot. Aceasta este Esenţa vieţii.

Din ce în ce mai mulţi oameni sunt atraşi de căutarea Adevărului şi încearcă să se apropie de Divinitatea Creatoare. **Ţelul este Evoluţia.** Inteligenţa Infinită ne-a înzestrat cu capacitatea de a birui. Această forţă este în noi. Obstacolul este doar în mintea noastră. Gândind victoria, vom câştiga!

"Tu m-ai creat! Acum trebuie să mă descopăr!" Când vom înţelege acest Adevăr, când ne vom cunoaşte pe noi înşine, vom fi cu adevărat liberi! **Adevărul este o stare sufletească** şi nu o serie de discursuri. Cel mai bun argument nu înlocuieşte experienţa personală.

Puţin exerciţiu îi duce foarte departe pe cei care, hotărâţi şi perseverenţi, vor aplica informaţiile primite în această carte, vor primi **afirmarea crescândă a divinităţii în om.**

Tradiţiile spirituale autentice susţin că starea fiinţei umane obişnuite este o stare mai mult sau mai puţin conştientă de constrângere, de înlănţuire, de identificare a fiinţei umane, cu ego-ul său, cu personalitatea sa.

Spiritul - acea scânteie divină - este dotat de Creator cu conştiinţă, care permite fiecărei entităţi să se mişte, să cunoască, să simtă. El transmite permanent cele trei noţiuni, care se nasc la nivelul inimii: iubirea, curajul şi cunoaşterea. Omul poate cunoaşte TOTUL doar prin aceste calităţi ale inimii, nu prin creierul şi mintea sa, care au doar rolul de a prelua informaţia transmisă de inimă.

Spiritul, în conformitate cu destinul propus de el însuşi şi cu sfaturile transmise permanent de ghizii spirituali din astral, **are drept scop evoluţia spirituală,** care presupune creşterea nivelului de vibraţii energetice, urcarea pe parcursul unei singure vieţi a uneia sau mai multor trepte ale ierarhiei evolutive.

Ego-ul, eul individual sau personalitatea, în opoziţie cu spiritul, urmăreşte satisfacerea diferitelor necesităţi şi plăceri ale trupului, plăceri generatoare de vibraţii joase. Dacă predomină influenţa ego-ului, omul percepe realitatea înconjurătoare doar prin cele cinci simţuri, devine un "rătăcitor", lăsându-se dominat de plăceri. Se transformă într-un sclav al trupului, de unde rezultă stagnarea sa ori regresul spiritual.

În urma acestei identificări, fiinţa umană se conştientizează parţial sau total, ca fiind o entitate individuală separată de celelalte fiinţe şi de întregul Univers (macrocosmos). Această existenţă trecătoare, limitată şi dureroasă, este considerată baza tuturor experimentelor umane ale suferinţei şi, tocmai din această cauză, este principala piedică pe calea spirituală.

Existenţa noastră este guvernată de legea cauzei şi a efectului - Karma. Aceasta se manifestă mai întâi în dimensiunea morală, unde gândurile şi intenţiile noastre ne determină apoi viitorul, prin mecanismul Karmei şi al renaşterii. Atâta timp cât ne identificăm cu corpul fizic şi cu mintea noastră cea limitată, care dă naştere la personalitatea umană, nu putem fi liberi. Libertatea adevărată apare atunci când trecem dincolo de ego, realizând revelarea şi conştientizarea deplină a identităţii noastre adevărate cu Esenţa Divină, ultimul centru al fiinţei noastre, care este numit Sine Nemuritor sau Spirit.

În rezolvarea acestei probleme există o orientare superioară, înţeleaptă şi pe deplin integrată, care urmăreşte realizarea Sinelui Etern (Atman), prin transcederea ego-lui: nu neagă lumea înconjurătoare în care ne desfăşurăm existenţa. Argumentul principal în această orientare este acela că, dacă există o singură Realitate, care prin Macrocosmos integrează TOTUL, această Realitate trebuie, fără îndoială, să includă în mod necesar şi această lume în care ne aflăm.

Aceasta înseamnă că lumea efemeră şi inferioară în care ne aflăm, chiar personalitatea umană trecătoare şi limitată, trebuie să fie văzută ca o manifestare necesară, care este de asemenea adevărată, a acestei Ultime Realităţi. Prin urmare, transcederea deplină a eului egotic nu mai implică negarea ego-ului. Personalitatea individuală, de care ne-am detaşat şi pe care acum o stăpânim perfect, este folosită drept instrument pentru acţiunea în lume.

În viaţă trebuie să păstrăm permanent un echilibru interior asupra tuturor acţiunilor noastre. De aceea, se spune că în domeniul spiritual nimic nu se poate realiza fără pacea interioară. A avea o viziune optimistă a vieţii înseamnă a vedea permanent, în orice acţiune a noastră, aspectele plăcute, a căuta să ne transformăm defectele sau imperfecţiunile în calităţi. Viaţa noastră este o luptă permanentă între spirit şi ego.

Evenimentul fundamental al eliberării spirituale coincide, în mod paradoxal, cu realizarea inefabilă şi lăuntrică a faptului că, atât eliberarea spirituală, cât şi sclavia noastră de până atunci, au fost şi sunt doar construcţii conceptuale, deci nu au semnificaţie ultimă. Pentru orice fiinţă umană, atingerea stării de libertate spirituală este o posibilitate, deoarece posibilul şi realul sunt, din punct de vedere metafizic, identice.

Ţinta finală: întoarcerea la sursă

"Eu sunt aici. Naşterea şi moartea sunt atribute ale corpului fizic, în timp ce pentru adevăratul Eu sau Pura Conştiinţă Beatifică a Sinelui, ce transcede timpul şi spaţiul, nu există nici început şi nici sfârşit, nici întâlnire şi nici despărţire."

(Din învăţătura lui Ramana Maharishi)

De-a lungul vieţii noastre pe Pământ, esenţa se diminuează, energia se disipă şi mentalul temporal se stinge odată cu trupul; dar perla strălucitoare a conştiinţei primordiale, pe care o purtăm adânc în inimă, rămâne imaculată, indestructibilă şi nemuritoare. Aceasta este comoara preţioasă care înfloreşte vrând - nevrând din viaţă în viaţă, din trup în trup, condusă de forţa propriilor noastre dorinţe şi detaşări de existenţa carnală.

Pentru a scăpa de acest ciclu nesfârşit al naşterii şi al morţii, al durerii şi al plăcerii, trebuie să devenim pe deplin conştienţi de "cealaltă lume" şi să redeşteptăm spiritul primordial, în timpul vieţii actuale - o experienţă care distruge odată pentru totdeauna iluziile ce susţin naşterea corporală, viaţa carnală şi moartea fizică. Cu alte cuvinte, descoperirea

conştiinţei depline a spiritului primordial, în timp ce încă trăim în lumea temporală, este o precondiţie pentru a dobândi iluminarea - nemurirea şi se referă la o stare spirituală şi nu la o condiţie a permanenţei fizice.

Mai întâi, este necesar să înţelegem aceste două procese: naşterea şi moartea. Acestea sunt atribute ale corpului fizic, tranzacţii ciclice, transmigraţii ale spiritului cauzate de ignorarea realităţilor spirituale, nu începuturi şi sfârşituri absolute.

Ce se naşte şi moare nu este spiritul, ci numai corpul fizic pe care spiritul îl dobândeşte la naşterea corpului, iar eul personal (ego-ul) se dezvoltă pentru a călăuzi trupul în viaţă. Atunci când vom deveni conştienţi de faptul că spiritul primar al conştiinţei primordiale nu se naşte şi nu moare şi că lumea fizică este un tărâm trecător al iluziei, pe care ni-l creăm singuri, atunci vom fi în final liberi.

Când această realizare inefabilă se iveşte în singurătatea tăcută a meditaţiei, iluminarea apare la orizont cu o indescriptibilă strălucire extatică, permiţându-ne să scăpăm din strânsoarea existenţei ciclice şi să ne întoarcem pentru a ne odihni pe vecie la sursa originară a tuturor creaţiilor, **pentru a nu ne mai naşte şi a nu mai muri niciodată. Aceasta este nemurirea.**

Eul Superior

"Dumnezeu este în centrul omului".
(Echhardt)

Eul Superior este ultima esenţă, este noţiunea pe care o primeşte noul născut. Va fi ultima pe care vom învăţa să o cunoaştem, devenind înţelepţi.

Nu putem examina lumea şi obiectele înconjurătoare, decât cu ajutorul unor instrumente şi al simţurilor noastre. Aceasta ne determină să tragem concluzia că studiul Eului Superior "este cel mai important, căruia un cugetător i se poate dărui".

Un înţelept al Miletului a fost întrebat: "Care este cel mai greu lucru de făcut"? Mesajul înţeleptului din Antichitate către oamenii neştiutori a

fost: "A învăţa să se cunoască pe sine însuşi". Acesta este astăzi efortul pe care suntem chemaţi a-l face.

O schimbare curioasă s-a produs în zilele noastre, în gândirea omenirii: cei care afirmă prezenţa în fiinţa fizică a unui Eu integrant şi conducător şi cei care nu admit decât singura realitate, cea a formei fizice mecanice. Se poate proba existenţa acestui Eu ascuns şi pot fi îndreptaţi oamenii spre calea secretă care-i conduce la locul sfânt, unde acest Eu le va fi dezvăluit? Această carte se adresează cititorilor care cunosc problemele prezentului şi împărtăşesc aspiraţia nouă a umanităţii spre o revelaţie spirituală. Omul modern, care a simţit adânc mizeria sa, este gata să facă primii paşi pe Cărarea Secretă.

Umanitatea învaţă să recunoască şi să dorească lumea existenţei spirituale. Din ce în ce mai mult se caută însemnătatea acestei vieţi profunde, ce se ascunde sub masca personalităţii - a eului uman, Eul inferior sau personalitatea individului. A descoperi rosturile acestei vieţi şi a-i dezvălui natura, a lucra conştiincios în sfera adevărului unde se află ea - este datoria imediată a omului, datorie pe care mizeria lumii actuale a preparat-o.

În inima fiecărui copil care se naşte, Dumnezeu pune o lumină adevărată, dar ea cere să fie dezvăluită Lui. Acesta este mesajul secular, mii de fiinţe cautând şi astăzi "calea ascunsă" care duce la această împărăţie. Când a găsit-o, omul găseşte toate aspiraţiile, atingând punctul unde intelectul se transformă în intuiţie: el pătrunde în domeniul "iluminării".

Răsplata oferită acelora care intră în cetatea sufletului este lumina, ce călăuzeşte personalitatea lor pe o cale de transformare rapidă. Această carte are scopul de a face o invitaţie sufletelor la acţiunea inspirată, la practica spiritualităţii şi la serviciul dezinteresat pentru alţii, care este cel mai vizibil semn al sufletului eliberat. Este un serios pas înainte, ce arată o mărire a sensibilităţii noastre, în ceea ce priveşte acest misterios Eu Superior, despre care vom vorbi în această carte.

Se află în om ceva mai mult decât observatorul obişnuit poate înregistra? Ce este acest "ceva" în plus, care trăieşte în om, care face să nască marile idealuri şi favorizează marile cugetări?

Când ni se atrage atenţia că Dumnezeu nu este numai un concept

în jurul căruia se poate argumenta şi discuta, ci o stare de conştiinţă pe care o putem deja realiza aici, pe Pământ, privim cu mirare. Când vreun clarvăzător al vieţii spirituale ne povesteşte liniştit că în zilele noastre şi printre noi sunt fiinţe care l-au văzut pe Dumnezeu, când ne asigură că noi purtăm Divinul şi că Divinul constituie adevăratul nostru Eu, zâmbim cu un aer superior. Acesta este un fapt evident şi deschis pentru toţi acei care au înaintat cât de cât pe drumul percepţiei spirituale.

Ştim foarte bine urmele ascendenţei noastre, că ne tragem din maimuţă - cu lux de amănunte şi probe, dar suntem incapabili de a ne reaminti rudenia noastră cu îngerii. Uităm să înţelegem semnificaţia vieţii. Uităm originea divină a naturii noastre şi nu ne putem apropia de Iisus; să devenim asemeni lui Buddha sau să câştigăm înţelepciunea lui Platon sau Socrate. "Dumnezeu este în centrul omului", ne declară inspirat marele clarvăzător german Echhardt. Încetul cu încetul, am uitat existenţa Eului nostru spiritual. Dar El, fiind întotdeauna de pază, nu ne uită niciodată.

De unde îi vine omului nevoia religiei? Din faptul că se iubeşte pe el însuşi, pentru că suspină inconştient după unirea sa cu adevăratul său Eu, Eul Superior.

Luptător sau om obişnuit?

"Alegem o singură dată. Alegem între a fi luptător sau om obişnuit. A doua ocazie nu există. Nu pe acest Pământ".

(Don Juan)

Observăm cu tristeţe mulţimea de fiinţe adormite - spiritual, rătăcind în mirajul ignoranţei, prinse în plasa implicărilor lumeşti şi devenind din ce în ce mai înlănţuite în aceasta.

Ataşamentul faţă de corp, de dorinţele sale, privit şi considerat ca fiind totul, încătuşează fiinţa, înrobind-o în mirajul iluziei. Astfel, alergând după lucruri trecătoare, pierdem esenţa etapelor ascensiunii spirituale, cunoaşterea propriului sine. A deveni conştient de Sinele tău înseamnă a deveni conştient de natura ta divină, strălucind tainic în propria fiinţă,

scânteie a aceluiaşi Foc Divin Suprem.

Există o cale de reîntoarcere către originea noastră divină. Regăsirea spiritului individual poate fi câştigată chiar acum, în timpul acestei vieţi pe Pământ, în timpul activităţilor noastre zilnice, numai dacă ne eliberăm noi înşine din înlănţuirea implicărilor şi ataşamentelor noastre.

Mulţi oameni doresc să dobândească cunoaşterea, însă ar prefera pur şi simplu să o cumpere de undeva şi să evite obţinerea ei prin muncă. Însă, **adevărata cunoaştere este cunoaşterea de sine**, ori aceasta nu ne-o poate oferi nimeni; ea nu poate fi cumpărată cu toţi banii din lume. Pentru cunoaşterea adevărată este nevoie de luptă, care presupune şi victorie şi înfrângere. Însă cea mai mare înfrângere din viaţa omului este refuzul de a lupta.

Pentru omul obişnuit, viaţa este o ocupaţie monotonă şi neclară. Toţi începem viaţa ca oameni obişnuiţi. Aceasta nu înseamnă că nu avem posibilitatea, după propria alegere, să dăm sens vieţii noastre. Ne simţim adesea victime ale destinului, pe care, chiar dacă nu-l putem evita, avem capacitatea de a ne ridica deasupra lui, dar numai dacă vom face această alegere. Mulţi oameni au avut puterea personală pentru a se ridica mai sus, pentru a se elibera de defecte, pentru a prinde putere, pentru a-şi determina un nou ţel în viaţă. Aceştia sunt luptătorii.

Probabil cititorii noştri şi-ar imagina un luptător, la propriu, pe un cal superb, cu paloş şi spadă, pe un câmp adevărat de bătălie. Însă luptătorii la care ne referim noi, folosind termenul străvechii învăţături toltece şi al noilor clarvăzători tolteci, este cel ce luptă pentru libertate spirituală şi nu contra vreunei persoane. El luptă cu formele de limitare şi distrugere a libertăţii şi energiei sale sau a semenilor săi.

Dacă un om obişnuit intenţionează să devină un luptător, ar trebui să folosească fiecare încercare a vieţii pentru a-şi întări sau susţine demnitatea, onoarea. Problema onoarei este importantă în viaţa unui luptător. Aceasta presupune un adevărat autorespect şi bineînţeles, încrederea în sine. În lipsa acestor calităţi, omul nu poate gândi şi acţiona aşa cum se cuvine să acţioneze un luptător.

Majoritatea oamenilor consideră că onoarea constă în a-şi susţine poziţia socială sau în senzaţia de mândrie de sine. Dar toate astea sunt doar urmările visului unic, social, obştesc în care ne aflăm cu toţii,

deoarece mândria se bazează, de obicei, pe simţul superiorităţii, iar apărarea acestor iluzii nu reprezintă demnitatea, ci întărirea convenţiei sociale, a orgoliilor.

Oamenii obişnuiţi sunt atât de preocupaţi de întărirea poziţiei şi a convenţiilor sociale, încât dedică extrem de puţin timp şi energie pentru a se urmări pe ei înşişi. În final, marea majoritate a oamenilor susţin judecata altcuiva sau prejudecata, în loc să acţioneze reuşind prin propria cunoaştere.

De cele mai multe ori, oamenii se subapreciază. Simţul inferiorităţii este motivul majorităţii neajunsurilor şi îi împiedică în tot ceea ce fac. Însă cauza care-i face să sufere de inferioritate constă în faptul că ei nu au idee despre adevăratul sens al cuvântului onoare, demnitate.

În comparaţie cu omul obişnuit, luptătorul nu admite nici o acţiune care ar încălca principiul unităţii a tot ce-i viu. Orice strategie construită de luptător trebuie să fie de folos nu numai lui însuşi, ci şi tuturor vietăţilor. Din această cauză, el nu poate reacţiona la împrejurări cu furie sau să răspundă cu aceeaşi monedă, pentru orice desconsiderare sau jignire. El nu poate acţiona cu răutate sau răzbunare.

Înţelegând că detaşarea este unicul lucru care contează pe drumul cunoaşterii, căutătorul spiritual pricepe cât de eficient şi inteligent este să se folosească de lumea exterioară. Pe drumul cunoaşterii omul trebuie să fie inventiv, să aibă imaginaţie, pentru că nimic nu este atât de limpede sau simplu pe cât ne-am dori.

Cărarea ocultismului este denumită cărarea durerii. Însă nu există motive pentru a o vedea astfel, ci mai degrabă ca o cărare a bucuriei. Acelaşi rezultat obţinut, care este durere pentru natura noastră inferioară - renunţarea la plăcerile trupului, se transformă în bucurie pentru Eul nostru Superior. Caracterul plăcut sau neplăcut al experienţei noastre va depinde de punctul de vedere al fiecărui individ, de alegerea noastră de a trăi ca un om obişnuit sau ca un luptător. **Conştiinţa ta, care are liber arbitru, îţi oferă posibilitatea de a alege!**

DEŞTEPTAREA SUFLETULUI

Omul, traversând ca un pelerin lumea materială, se identifică complet cu corpurile sale şi le este complet supus, uitând cu desăvârşire veritabila sa natură divină. Când satisfacţiile sale au un caracter animalic, el nu suferă.

Când sufletul, în închisoarea sa terestră, începe să-şi amintească de reşedinţa sa divină, de unde a fost exilat, şi când sub influenţa iubirii, a frumuseţii şi a virtuţii se trezeşte în el conştiinţa propriei şi veritabilei sale naturi, atunci se naşte suferinţa.

Noi trebuie să devenim conştienţi de ceea ce suntem în realitate, de natura noastră divină, pentru a ne da seama că suntem prizonieri în exil, îndepărtaţi de tot ce ne-a fost drag.

Sufletul devine asemeni unui om care a fost alungat din ţara sa natală, petrecând o lungă perioadă în străinătate. În mijlocul lipsurilor şi a mizeriei din exil, îşi aminteşte că el a cunoscut cândva un trai mai bun. Brusc, îi revine în minte tot ce a pierdut, dându-şi seama că este un exilat. Această amintire trezeşte în el dorinţa arzătoare de a revedea pământul natal. Doar atunci începe suferinţa şi lupta: suferinţa, pentru că el ştie ceea ce a pierdut, lupta, pentru că va încerca să intre în posesia bunurilor sale pierdute.

Identificându-se cu corpurile sale, omul a împărtăşit viaţa animală prin corpul său fizic, cunoscând numeroase satisfacţii. El s-a îndoit de acesta doar când au apărut limitele. Cu cât a dorit să scape mai mult de acestea, cu atât ele s-au ţinut scai. Doar amintirea adevăratei sale naturi, viziunea lumii căreia îi aparţine, l-a determinat să se vadă ca pe un ansamblu de două persoane.

El va fi simultan conştient de un Eu divin interior, care nu încetează să-i amintească reşedinţa sa divină, şi de o natură inferioară, animalică, o conştiinţă personală, legată de corpuri şi dominată de ele.

Lupta sa interioară

Nici o viaţă umană nu este ferită de această luptă fundamentală: lupta dintre obişnuinţele pasiunilor carnale şi lupta pentru a urma legile divine. Este experienţa oricărui aspirant angajat pe cărarea ocultismului sau a oricărei fiinţe umane care, forţându-se să trăiască decent, urmărind instrucţiunile Eului Superior, se vede împiedicată şi obstrucţionată de dorinţele Eului inferior - ego-ul său, personalitatea sa dobândită după naştere. Această luptă, cauzând suferinţe foarte mari şi dispreţul de sine, sleieşte corpul, epuizându-i vitalitatea.

Disperarea de a nu reuşi să trăim aşa cum am vrea este o luptă inutilă şi este rezultatul propriei noastre ignoranţe, în ceea ce priveşte activităţile propriei noastre conştiinţe, dualitatea: ego-ul şi Eul Superior.

Necunoaşterea cauzei

În cele din urmă, omul se descoperă pe sine însuşi. Setea de cunoaştere începe cu obiectivul cel mai îndepărtat şi sfârşeşte cu cel mai apropiat, acesta fiind sinele său adevărat, Eul lăuntric, perla strălucitoare a conştiinţei primordiale, pe care o purtăm adânc în inimă, imaculată, indestructibilă şi nemuritoare.

Omul primitiv studia bolta cerească, însă omul modern a început să studieze misterele propriului suflet.

Dacă am întreba un om obişnuit ce este el în realitate, ca fiinţă umană, ce se întâmplă cu el atunci când simte, când gândeşte şi acţionează, ce determină lupta dintre binele şi răul pe care îl găseşte în inima sa, ar fi incapabil să răspundă. Şi totuşi, ce poate fi mai ciudat decât să vezi o fiinţă umană trecând prin viaţă, suportând toate vicisitudinile ei, găsindu-şi satisfacţia în plăcerile trecătoare ale unei existenţe, căreia îi suportă necontenita povară, fără să se întrebe vreodată în ce scop.

Cei mai mulţi oameni, în viaţa obişnuită, urmează drumul care-i conduce de la naştere la moarte, fără să se întrebe de cel Dar vine un timp pentru

fiecare suflet. Pe parcursul lungului său drum, deziluzionat de lumea care-l înconjoară, care niciodată nu-i aduce satisfacţii durabile, la capătul puterilor, el rămâne tăcut şi singuratic. Este clipa când se naşte sentimentul unei noi lumi. Retrăgându-şi ochii de la mirajul înconjurător, el descoperă realitatea neschimbată din interior, în domeniul Eului său.

Natura divină a fiinţei umane

În timpul perioadei de luptă interioară, noi ne-am pus nenumărate întrebări privind scopul vieţii. Când luăm în calcul problema dualităţii, pe care cu toţii o simţim, adică existenţa - pe de o parte a unui Eu Superior, iar pe de altă parte a unui Eu inferior - ne este revelat un adevăr admirabil.

În esenţa sa, omul este divin, ca şi fiu al lui Dumnezeu; el face parte din natura Tatălui său şi îi împărtăşeşte divinitatea. Fiinţa individuală este manifestarea Divinului, este o parte a fiinţei Supreme. Eroarea, cauzată de ignoranţă, constă în convingerea falsă a stării de separare şi limitare. La propriu, adevărata reşedinţă a omului este lumea divinului, acolo unde noi avem viaţa, mişcarea şi fiinţa din eternitate în eternitate.

În propria sa lume, Eul Superior duce o viaţă de bucurii şi splendoare, care depăşeşte orice concept uman. Totuşi, există o lecţie sau o experienţă pe care nu o poate învăţa în propria sa lume. Aceasta îl obligă să-şi manifeste conştiinţa în lumile manifestării exterioare, unde domneşte antiteza Eului Superior şi Eului inferior. Doar acolo, cu ajutorul corpurilor formate din materia acestor lumi exterioare, Eul poate cuceri propria conştiinţă, conştiinţa de sine separat.

Lumea divină, adevărata reşedinţă a Eului Superior, este o lume unde această diferenţă dintre Eul Superior şi personalitatea umană nu există, dar unde fiecare parte se bucură de cunoaşterea universală, aparţinând întregului. Iată de ce noţiunea particulară de Eu, necesară Eului inferior, nu poate fi cucerită. În universul triplu al manifestării exterioare, lumea fizică, emoţională şi mentală, dualitatea subiectului şi obiectului devine necesară în cucerirea conştiinţei de sine.

Este bine de ştiut că ego-ul se răspândeşte în aceste lumi

exterioare şi că el împrumută materia lor pentru a-şi construi corpuri. Este exodul sufletului spre lumi obscure, descrise în mod simbolic în istoria Genezei. Paradisul iniţial nu este o stare de durată, în ciuda tuturor frumuseţilor şi armoniilor. Sufletul trebuie să guste din fructul arborelui binelui şi răului, al cunoaşterii, chiar cu preţul renunţării la paradis.

Constatând în sine dorinţa de a cunoaşte lumile materiale, sufletul îmbracă "haine de piele", de corpuri fizice, obligate de acum înainte să suporte condiţiile existenţei materiale. Acest exil prelungit se termină prin izbăvire sau regenerare; natura umană se împlineşte când sufletul regăseşte noţiunea propriei divinităţi. Atunci, paradisul este regăsit, dar de data aceasta în plină conştiinţă. Eul, în propria sa lume divină, posedă fructele obţinute prin coborârea sufletului în lumile materiale.

Călătoria sufletului în exil

Putem considera încarnările succesive ale sufletului divin în lumile manifestărilor exterioare, ca activitate particulară a Eului, activitate al cărei obiect specific este de a achiziţiona cunoştinţe, care nu ar putea fi obţinute în alt mod.

Stabilirea conştiinţei divine în cele trei corpuri, fizic, emoţional şi mental, constituie tragedia, adevărata decădere în materie, cauza tuturor suferinţelor rezervate sufletului în pelerinajul său. De fapt, sufletul, fixându-şi o parte din conştiinţa sa în cele trei corpuri, se identifică perfect cu corpurile devenite domeniul său, iar prin această identificare, se crede că aceste corpuri sunt destinate a-l servi. Convinsă de această identitate, conştiinţa încarnată, încetând să mai împărtăşească conştiinţa nelimitată a Eului divin, căruia îi aparţine, participă la izolarea corpurilor şi devine o identitate distinctă, eul inferior sau personalitatea umană.

Astfel, conştiinţa încercată este înghiţită de oceanul materiei şi, identificându-se ca şi corp izolat, omul se trezeşte separat de Eul divin din care face parte şi uită ceea ce este în realitate - un fiu al lui Dumnezeu. Atunci începe şi se continuă, timp de secole, tragedia

sufletului în exil, care şi-a pierdut amintirea moştenirii sale divine, căzut în degradare prin supunerea inconştientă corpurilor, care trebuiau să fie instrumentele sale.

Astfel, sufletul divin, parte din cea mai înaltă nobleţe, aceea a Divinităţii însăşi, este supus la umilinţă şi la existenţă nedemnă şi, uitând de propriul său rang, acceptă să devină sclav al materiei.

Noi suntem Eul Divin

Dacă avem sentimentul că suntem dubli, adică un Eu superior în noi şi un Eu inferior în afară, este din cauza ignoranţei noastre. Omul nu este dublu, ci unul. Noi suntem Eul divin. Lumea sa este lumea noastră, viaţa sa este viaţa noastră.

Ceea ce se întâmplă este că, lăsând să treacă conştiinţa noastră divină în corpurile destinate să ne procure o anumită experienţă, noi ne identificăm cu acestea şi uităm ce suntem în realitate. Atunci, conştiinţa captivă, redusă la sclavie prin cele trei corpuri ale sale, urmează dorinţele acestora , iar ceea ce noi numim Eu inferior este personalitatea noastră.

Vocea interioară, propria şi veritabila noastră voce, ne pare a fi chemarea Eului Superior. Între Eul Superior şi personalitate se naşte lupta şi suferinţa, datorată ignoranţei noastre. Lupta ia sfârşit atunci când recunoaştem adevărata noastră natură divină.

Întotdeauna comentăm greşeala fundamentală de a ne fi identificat cu ceea ce nu suntem, considerând întreaga noastră problemă ca fiind această dispoziţie mentală. Prima condiţie de a reuşi în domeniul spiritual este convingerea absolută că noi suntem spiritul sau Eul superior; a doua, la fel de importantă, este încrederea în propriile facultăţi ale Eului nostru interior şi curajul de a le exprima liber.

Iniţierea

Identificarea propriului nostru Eu spiritual cu corpurile, învelişurile temporare - corp fizic, emoţional şi mental - ce servesc pentru a-L

manifesta pe acesta, creează iluzia Eului separat.

Orgoliul este o floare, care nu înfloreşte decât în regiunile cele mai dense ale lumilor materiale. Exaltarea puternică a personalităţii ne face sclavi ai acestei lumi. Ea ne împiedică să constatăm, să recunoaştem şi să ne menţinem propria noastră divinitate. Deci, ne va fi suficient să ne eliberăm conştiinţa, separând-o de corpurile de care am legat-o, prin dezvoltarea personalităţii şi să ne întoarcem la adevărata patrie, unde toate aceste iluzii vor lua sfârşit.

Ţelul este sfârşitul duelului încrâncenat dintre Eul Superior şi personalitatea care ne otrăveşte viaţa. Seriozitatea şi trecerea noastră de la Eul inferior la Eul Superior este Iniţierea, Eliberarea.

Calea spre Eul Superior

Vom încerca împreună experienţa de a recunoaşte că, în adevărata noastră conştiinţă, noi suntem Eul Superior, dar şi de a sustrage această conştiinţă de la limitările care o constrâng. Să ne aventurăm într-o incursiune spectaculoasă spre regiunile necunoscutului fascinant. Ar fi bine cititorii să experimenteze, în propria lor conştiinţă, ceea ce le-a fost expus.

Începeţi prin a reflecta asupra voastră. Prima idee care ne apare în mental: eu sunt corpul fizic şi port numele ce actualmente îmi aparţine. Aceasta este prima iluzie care trebuie depăşită. Atâta timp cât ne gândim la noi, ca fiind corp fizic sau comparaţia sa subtilă, corpul eteric, continuăm să ne identificăm cu acest corp, ne supunem dorinţelor şi condiţiilor lui de existenţă. Prin urmare, corpul nostru îşi urmează propriul drum, al Eului inferior, în loc de cel al Eului Superior. În consecinţă, apare oboseala sau boala, împiedicând corpul de a răspunde Eului Superior. Trebuie să renunţăm la această lume iluzorie, pentru a o câştiga pe cea a spiritului.

În mijlocul furtunoasei lumi materiale, structurate pe temelia celor cinci elemente grosiere: pământ, apă, aer, foc şi eter, care îmbracă tainic adevărata noastră realitate - Eul Superior, ar fi bine să fim conştienţi de necesitatea controlului asupra acestor elemente. Controlul se

realizează cu ajutorul celor cinci capacităţi de percepţie senzorială, care sunt: ochii, urechile, organele mirosului, pipăitului şi gustului, astfel încât acestea să nu fie afectate de deşertăciunile materiale, care ne abat din drum - realizarea practică, efectivă a Eului Superior.

Ca un pas preliminar către atingerea acestui ţel, organele senzoriale ar trebui aduse sub control. Nu trebuie să-ţi risipeşti energia în exterior, fără sens. Cel care cunoaşte adevărul trăieşte în mod obişnuit într-un stadiu de perfect control al simţurilor: a nu alerga după plăcerile simţurilor, urmând plăcerile lumii.

Fiinţa devine din ce în ce mai liniştită în privinţa cerinţelor corporale şi a fenomenelor care o înconjoară. Toată energia sa este în mod natural folosită în trăirea vieţii sale interioare, lăsând corpul şi susţinerea sa pe seama energiei sale subconştiente şi a suportului direct al sursei tuturor energiilor - Divinitatea.

Transformări în corpul fizic

În loc să rămână în haos fără o direcţie specială, corpul fizic şi cel eteric se văd supuse influenţei unice şi directoare a voinţei interioare, se pot împotrivi imboldurilor dorinţei şi mâniei. Să simţim schimbarea determinată de această afirmaţie: "Eu nu sunt al corpului, ci corpul este al meu".

Noi va trebui să simţim de acum înainte că, corpurile fizic şi eteric primesc hrana şi energia din vitalitatea sursei, care este în interior şi mai puţin din exterior. Această schimbare trebuie simţită. Va trebui să ne simţim corpul fizic vibrând şi răspunzând conştiinţei interioare, supus legilor şi condiţionărilor sale, nu mediului ambiant fizic. Trebuie să păstrăm această atitudine, oricare ar fi activităţile noastre zilnice. Va trebui să simţim mereu că noi acţionăm conştient, servindu-ne de corpul fizic, acesta neacţionând el însuşi.

Toate acestea se schimbă atunci când, reveniţi din iluzia de a ne crede corpul fizic, noi vedem în el exact ceea ce este: servitorul nostru în lumea fizică. În loc să ne lăsăm dominaţi de lumea fizică - de plăcerile ei trecătoare - prin intermediul corpului fizic, cu care ne-am identificat,

noi trebuie să stăpânim lumea fizică prin intermediul corpului fizic, supus ascultării noastre.

Corpul este animalul tău, calul pe care călăreşti, vehiculul cu care circuli în lumea fizică. Eul Superior este stăpânul, călăreţul, şoferul. Să nu faci greşeala de a-ţi lua corpurile tale drept tu însuţi, nici corpul fizic, nici cel astral, nici cel mental. Fiecare din ele pretind a fi Eul tău, spre a căpăta ceea ce doresc, dar trebuie să le recunoşti pe toate şi să te recunoşti ca fiind stăpânul lor.

Când corpul tău doreşte ceva, opreşte-te şi cugetă: într-adevăr tu eşti acela care ai acea dorinţă? Căci tu eşti de natură divină şi nu vrei decât ceea ce Dumnezeu vrea pentru tine; dar trebuie să cobori în profunzimile sufletului tău, pentru a-L găsi pe Dumnezeu în tine şi a asculta vocea Sa, care este vocea ta.

Adeseori, atunci când se iveşte ocazia de a ajuta pe cineva, corpul spune: "Câtă oboseală, să o facă altcineva"! Dar omul răspunde corpului său: "Tu nu mă vei împiedica să fac o faptă bună!". Întotdeauna trebuie să fii tu cel ce controlează acel corp şi să nu depinzi de el. Prin urmare, trebuie să-i impunem obiceiuri fixe în ceea ce priveşte hrana, somnul şi practica, pentru ca el să devină un instrument perfect.

În loc de a mânca neglijent, trebuie să ne limităm la alimentele care vor face din corpul nostru un instrument mai pur, mai viguros, mai rafinat şi mai subtil, spre folosul nostru. Adoptând o alimentaţie mai bine reglată, permitem corpului fizic să fie mai agil şi supus. Trebuie să avem sentimentul că mâncăm conştient şi că, la fiecare înghiţitură, noi facem să treacă hrana în mod spiritual în ţesuturile organice.

Mâncând, trebuie să fim conştienţi de ceea ce facem; alimentele sunt răspândite în corp dinspre interior. Această schimbare de atitudine faţă de corpul fizic determină o schimbare profundă în interiorul nostru. În acest fel, precum şi în multe altele, noi putem să favorizăm modificarea corpului fizic şi eteric, să le regenerăm şi să facem din aceste corpuri instrumente perfecte în folosul Eului Superior.

Schimbarea este perfect reală, iar atunci când ea este împlinită, este distrusă pentru totdeauna tirania corpului fizic, exercitată asupra conştiinţei. Acesta devine un instrument bine acordat, pus la dispoziţia noastră.

Transformări în corpul astral

Corpul astral are dorinţele sale, care sunt nenumărate. El ar vrea să te vadă mâniat, să te audă spunând cuvinte aspre, să te ştie gelos, lacom, râvnind la bunurile altora, să te vadă cedând descurajării. El ar vrea toate acestea şi mult mai multe încă, nu pentru că doreşte să-ţi facă rău, dar pentru că îi plac vibraţiile violente şi necontenitele lor schimbări. Tu însă nu doreşti nici unul din aceste lucruri şi de aceea trebuie să distingi dorinţele tale de cele ale corpului tău astral.

Trebuie să stabilim, privitor la corpul nostru astral sau emoţional, o schimbare asemănătoare cu cea care se petrece în corpul fizic şi eteric.

În general, noi permitem corpului nostru emoţional de a aparţine lumii emoţionale; permitem acestei lumi a-l constitui, a-l forma; lăsăm ca în corpul nostru emoţional să se formeze, sub influenţe exterioare, dorinţele şi emoţiile. Nu suntem întotdeauna conştienţi de aceasta, încă nu am învăţat să facem distincţie în ceea ce priveşte lumile interioare: lumea emoţiilor şi cea a gândurilor şi prin urmare, simţim emoţii şi gânduri "născându-se" în noi, când în realitate, ele vin din afară sau, cel puţin, îşi au originea acolo. Clarvăzătorul constată următorul rezultat: corpul astral prezintă regiuni de culori diferite, repartizate neregulat pe suprafaţa sa şi care variază uşor sub influenţele exterioare.

Tu însuţi nu reprezinţi corpul astral. El pretinde a fi Eul tău, spre a căpăta ceea ce doreşte. Trebuie să-l cunoşti şi să te recunoşti ca fiind stăpânul lui. Trebuie să ne privim corpul emoţional şi să-l folosim ca un vehicul în lumea astrală. Eul trebuie să-l ţină cu o mână forte şi să determine aceeaşi schimbare care a fost obţinută deja în corpul fizic şi eteric. Trebuie să vitalizăm dinspre interior corpul emoţional şi să-i transmitem emoţiile pe care noi le dorim.

Retrageţi acum din corpul fizic centrul conştiinţei voastre, această acţiune făcându-se în mod natural, atunci când modificăm atitudinea noastră, în ceea ce priveşte corpul nostru. Încetând să ne localizăm conştiinţa în corp, noi o menţinem la un nivel superior, acţionând prin intermediul corpului.

Încercaţi să simţiţi această schimbare în voi înşivă, să simţiţi corpul vostru astral cu totul eliberat de aceste dorinţe şi emoţii inferioare, care

B.C.U. „M. EMINESCU" IAŞI

sunt atât de supărătoare şi alegeţi emoţiile pe care voi, Eul divin, le veţi accepta în corpul emoţional, proprietatea voastră. Resimţiţi aceste emoţii, lăsaţi-le în mod conştient să radieze în jurul vostru. Înainte de toate, simţiţi dragostea, nu aceea care caută să posede, ci aceea care se dăruieşte tuturor fiinţelor şi lucrurilor. Apoi, simţiţi devoţiunea către Divinitate, către ceea ce puteţi concepe mai înălţător şi această devoţiune va inunda corpul astral. Resimţiţi apoi simpatia pentru toţi cei care suferă. Resimţiţi aspiraţie intensă către lucrurile superioare şi că adevărata spiritualitate radiază în corpul vostru emoţional.

În acest fel, voi, Eul Superior, decideţi ce sentimente aveţi şi faceţi ca aceste sentimente superioare să treacă în mod conştient prin corpul vostru astral. Acesta ia cu totul alt aspect. Devine radios, emiţând neîncetat emoţiile care v-au plăcut. Astfel, în el se produce aceeaşi schimbare constatată de noi în corpul fizic.

Acum, în corpul astral se manifestă o voinţă centrală, directoare, suverană, acest corp fiind vitalizat şi determinat de voinţa interioară. El a devenit servitorul nostru. Nu mai există excitaţii, emoţii sau tentaţii exterioare, care să poată să trezească în el emoţii sau dorinţe pe care noi nu le dorim. Desprins de restul lumii astrale, el este legat de Eul Superior. Polaritatea fiind inversată, el este acum vitalizat dinspre interior şi se dedă radiaţiei constatate a emoţiilor superioare, spre binele lumii înconjurătoare. Am mai făcut un pas în plus spre suprimarea şi înlăturarea dualităţii - Eul superior şi Eul inferior - cândva atât de tulburătoare, datorită faptului că, în ignoranţa noastră, noi lăsăm corpurile să domine o parte a conştiinţei noastre.

Supunând corpul astral Eului interior, noi retragem din nou centrul conştiinţei; demolăm conştiinţa sădită în corp şi o apropiem, încă un pas, de lumea de care ea depinde. Astfel menţinut, vitalizat dinspre interior, corpul astral vi se supune.

Transformări în corpul mental

Corpul tău mental găseşte plăcerea în cugetul unei trufaşe separativităţi; el caută să-şi facă o părere înaltă despre sine şi una

mediocră despre alţii. Chiar atunci când ai reuşit să-l abaţi de la lucrurile lumeşti, el tot încearcă să raporteze totul la "eul" tău, să-ţi fixeze gândurile asupra progresului tău personal, în loc să le îndrepte spre opera Creatorului şi ajutorul ce ar trebui dat celorlalţi.

Când meditezi, el încearcă să te facă să gândeşti la diferite lucruri, de care el are nevoie, în locul singurului lucru de care tu ai nevoie. Tu nu eşti acel mental, dar el este al tău, pentru ca tu să te serveşti de el; aşadar, trebuie să veghezi neîncetat, căci altfel nu vei izbuti.

În acest corp mental se află pericolul nostru cel mai mare. Niciodată nu acţionăm, nu vorbim înainte de a fi gândit sau creat o imagine despre ceea ce vom face, fără a ne imagina acţiunea noastră. Este o sabie cu două tăişuri. Noi ignorăm acest lucru. Nu putem să ridicăm mâna, fără ca înainte să fi gândit acest gest. Noi ne formăm o imagine a mâinii, care, fiind creatoare, se realizează şi devine acţiune.

În noi, gândirea este manifestarea Sfântului Duh, a Dumnezeului creator, această Supremă Energie Creatoare, care se manifestă în facultatea noastră de a gândi. Gândind, noi formăm o imagine în corpul nostru mental, creăm un obiect şi-l umplem cu o Energie Creatoare Divină, a cărei acţiune este rezultatul necesar.

Repetate în mod frecvent, gândurile fac să se nască o obişnuinţă sau un obicei şi adesea noi devenim incapabili să rezistăm la ceea ce de fapt noi am creat. Aceste forme-gând se materializează în viaţa de zi cu zi. Creând gânduri negative, suntem afectaţi atât noi, cât şi cei din jurul nostru. Aici este marele pericol la care este supusă întreaga noastră viaţă. Noi permitem ca formarea imaginilor mentale să creeze imagini în corpul nostru mental, să arunce materia mentală creatoare în lume - forme-gânduri încărcate de energie - care caută să se manifeste în plan fizic, să ne consume energia în mod inutil.

Acolo, în această activitate dezordonată a corpului mental, se află cauza întregii noastre lupte interioare şi a dificultăţilor noastre spirituale. Toate acestea nu ar avea nici un inconvenient dacă, din interior, Eul divin, ne-am forma imaginile mentale în plină conştiinţă.

Permiţând corpului mental să răspundă impactului exterior, creând imagini, noi suntem pierduţi şi lupta începe.

Efectul imaginaţiei nestăpânite

Majoritatea oamenilor ignoră imaginaţia şi gândurile şi le consideră inofensive pentru că ele nu pot fi atinse, nici vizibile pentru ochii normali, dar toate acestea sunt în realitate singurul şi unicul pericol.

Putem să simţim o dorinţă imperioasă, dar gândirea creatoare este cea care determină acţiunea. O persoană poate să vadă obiectul dorinţelor sale sau să se gândească la el. Pericolul intervine doar când, în acest gând, omul începe să-şi reprezinte satisfacerea dorinţelor sale. Doar după ce a permis gândurilor să întărească imaginea pe care a format-o, omul se află în pericol.

Să luăm drept exemplu un beţiv. El recunoaşte consecinţele viciului său şi, în momentele sale de luciditate, decide să renunţe. Trecând pe stradă prin faţa unui local, vede oamenii intrând şi ieşind. Până aici, nici un pericol pentru el, dar, în secunda următoare, el se vede bând. El creează o imagine mentală şi, timp de o clipă, trăieşte şi acţionează în această imagine cu propria persoană, bucurându-se de băutură. Atunci intervine pericolul: această imagine a făcut practic inevitabilă acţiunea care va urma. După ce realizează imaginea, el face apel la voinţă: "Eu nu vreau să beau!", îşi spune el. Dar este prea târziu. Lupta a devenit aproape inutilă. Deci, realizarea survine în urma realizării imaginii mentale. Cea mai bună metodă este de a împiedica formarea imaginii mentale, când intervenţia este încă eficientă.

Imaginaţia indisciplinată este cea care creează multă suferinţă, nu voinţa slabă.

Intenţia

Puterea imaginaţiei sau puterea creatoare a gândirii, în lupta sa cu voinţa, este întotdeauna victorioasă.

Învăţând să mergem cu bicicleta, vedem un copac pe marginea drumului. Dacă ne imaginăm că vom lovi copacul şi vom forma o imagine mentală a propriei persoane lovindu-l efectiv, şi apoi întărim această imagine din cauza emoţiilor, în acest caz, din cauza fricii, ne vom îndrepta sigur spre acel copac. Noi începem atunci să rezistăm, dar nu numim

această rezistenţă neliniştită şi frenetică "voinţă". Ea întăreşte imaginaţia şi contribuie la determinarea evenimentului pe care am dori să-l evităm. Dacă am face uz de adevărata voinţă, am zări copacul şi, remarcând în mod liniştit existenţa sa, menţinem imaginaţia ocupată cu drumul liber şi deschis pe care dorim să-l urmăm. Deci, **puterea adevăratei voinţe este aceea de a percepe exclusiv scopul atins.**

Dacă beţivul ar fi fost preocupat de a urma drumul care duce la destinaţie, el ar fi putut, fără nici o luptă sau tentaţie, să treacă prin faţa localului.

În concluzie, energia voinţei propriu-zise permite să ne conectăm atenţia exclusiv spre ţelul propus. Funcţia specială a voinţei este aceea de a se ataşa în conştiinţă de o singură intenţie şi de a exclude restul.

Imaginaţia creatoare

Eliminaţi din corpul mental orice formă-gând, orice imagine, orice înlănţuire de gânduri nedorite. Să nu permitem formarea nici unei imagini în corpul mental fără voia noastră, fără ca noi, Eul interior, să nu o fi judecat înainte. Trataţi-le exact cum aţi făcut-o cu celelalte corpuri, schimbaţi polaritatea. Faceţi ca toate particulele mentale să fie responsabile şi supuse conştiinţei interioare şi nu lumii interioare.

În acest caz, clarvăzătorul va vedea corpul mental luminat în întregime de lumina interioară a Eului. El a devenit un obiect strălucitor, acordat, adaptat propriei conştiinţe. În continuare, trebuie făcut din puterea creatoare mentală o putere binefăcătoare; să nu ne limităm în a o face inofensivă, ci s-o folosim. Adică, trebuie create şi întărite prin emoţiile noastre imaginile mentale pe care vrem să le vedem realizate în viaţa noastră de toate zilele.

Evoluţia noastră spirituală are ca scop perfecţiunea, dar nu cu intenţia egoistă de a deveni perfecţi. Scopul este ca prin noi, povara care apasă asupra lumii să fie un pic uşurată. Trebuie să ne imaginăm omul perfect care dorim să fim.

Gândiţi-vă la voi înşivă, folosind întreaga voastră energie mentală creatoare, ca fiind divină în iubire, divină în voinţă, divină în gândire, în vorbe şi fapte. Umpleţi cu această imagine întregul corp mental. Întăriţi-l cu sentimente de bucurie şi dragoste, consacrare şi aspiraţie.

În acest caz am folosit, în mod conştient, puterea imaginaţiei. Ea a devenit propriul nostru instrument. Suntem stăpânii ei. Puterea creatoare a imaginaţiei joacă acum un rol constructiv. Imaginaţia creatoare se poate folosi, nu doar în ceea ce priveşte conduita şi în actele noastre zilnice, ci şi în ceea ce priveşte delăsările noastre.

Acum retrageţi-vă din corpul vostru mental, centrul conştiinţei, şi ţineţi-o la dispoziţia Eului interior, aşa cum aţi procedat şi cu celelalte corpuri: fizic, eteric şi astral. De acum, cele trei corpuri rămân la dispoziţia voastră în lumea iluziilor.

Corpurile sunt cei trei cai care trag carul vostru în lumile inferioare, dar Eul interior ţine hăţurile. El nu mai permite cailor să meargă unde vor ei, ci îi obligă să urmeze calea pe care el a ales-o. El a desprins conştiinţa de legăturile cu cele trei corpuri. El a adus-o în lumea care îi este proprie, iar de aici, va putea să folosească întotdeauna corpurile ca pe nişte servitori supuşi.

Patria Eului divin

Odată eliberată de cele trei corpuri, cu Eul neînlănţuit de legături din afară, conştiinţa găseşte bucuria ce se află în Eul Superior, iar cu eul inferior prins în contemplarea Eului Superior, ea va ajunge la bucuria fără margini. Astfel, conştiinţa va fi reţinută în mod natural cu Eul Superior, adevărata sa fiinţă. Pătrundeţi în această lume, care vă aparţine în mod real şi, în acelaşi moment, veţi recunoaşte Eul divin şi interior, unit cu divinul din toate lucrurile.

De acum înainte, orice am fi: Eu Superior sau Inferior, nu ne mai poate face să ne îndoim; nu va mai fi nici o luptă epuizantă între cei doi poli ai naturii noastre. Ei nu mai sunt doi. Conştiinţa captivă exilată a fost adusă la conştiinţa primordială, de care ea s-a îndepărtat; omul este din nou unul, Eul divin şi interior folosind, în mod conştient, cele trei corpuri,

ca instrumente ale sale, eliberate de legăturile lor.

Aduceţi conştiinţa în Eul superior, în mod real. Fiţi Eul, trăiţi în propria voastră lume. Dacă aţi reuşit să izolaţi conştiinţa înlănţuită în corpuri, puteţi s-o aduceţi fără dificultate în Eu, pentru că ea este adevărata voastră patrie. Pătrunzând din nou în lumea de unde am fost atât de mult timp izgoniţi, resimţim un sentiment minunat de libertate şi bucurie. Intrând în propria noastră lume, după un lung exil în temniţa materiei, suportăm cu greu lumina înconjurătoare şi absenţa vechilor limitări.

Aici, în această lume, totul este lumină şi bucurie. În propria sa lume, Eul trăieşte într-o bucurie şi o frumuseţe de nedescris. Acum, ştim cine suntem, ne-am văzut în propria şi divina frumuseţe, în lumea care este patria noastră. Nici o putere pământeană nu va mai putea să ne facă să credem că noi suntem corpurile. Vraja care ne-a ţinut s-a rupt. Pentru prima oară noi cunoaştem pacea şi absenţa luptei.

Este uluitor cât de simplu devine totul dintr-o dată, atunci când atingem lumea Eului Superior, cum ni se pare de natural să acţionăm atunci prin el. Existenţa noastră trecută ni se pare plină de complicaţii, cu probleme aproape de neînţeles.

Conştientizând ceea ce suntem în realitate, orice efort dispare; viaţa devine simplă şi naturală, iar zilele curg în armonie.

Manifestările Eului Superior

Eul pământesc este o maifestare temporară a Eului divin, este activitatea auxiliară numită viaţă, departe de a avea importanţa pe care noi am dori să i-o acordăm. Însă realitatea este alta. Eul, care suntem noi în realitate, are o viaţă proprie şi în aceasta, activitatea auxiliară numită pe Pământ viaţă.

Devenind conştienţi de noi înşine, devenim conştienţi şi de viaţa proprie a Eului Superior. În starea noastră de veghe, noi nu cunoaştem decât lucrurile din lumea fizică, cum am putea descrie Eul Superior în termeni şi realităţi din această lume terestră? Obiectul descris astfel - Eul Superior - nu ar avea pentru noi nici un sens. Cum să-i descrii unui

orb frumuseţea culorilor naturii?

În propria sa lume, Eul Superior se asociază în mod activ cu marea operă a Creaţiei. În compania armatelor de îngeri şi a altor fiinţe măreţe, el colaborează la crearea lumilor, prin care acest Univers este menţinut. Opera lui Dumnezeu este Creaţia, iar Eul, fiind divin, urmează aceeaşi activitate creatoare. Am putea să comparăm această lucrare cu urzeala unui fascicul luminos, în care fiinţele par a fi puncte strălucitoare, unite prin linii de lumină, iar Eul Superior, adevăratul fiu al lui Dumnezeu, în propria sa lume, strălucind de bucurie într-un ocean de splendoare şi armonie.

Întreaga lucrare a Eului Superior se aseamănă cu un imens ritual, cu un imn sacru ce acompaniază Creaţia care menţine lumile. Cântec, muzică, sunt cuvinte care evocă cel mai bine ideea despre ceea ce este munca Eului Superior în propria sa lume. Şi totuşi, nu există nimic asemănător cu ceea ce noi numim aici pe Pământ: cântec, muzică, sunet.

Manifestarea temporară a Eului divin

Considerând existenţa noastră pământeană la nivel de eu pământesc, care nu este decât o manifestare temporară a Eului divin interior, în conştiinţa noastră de veghe obişnuită, viaţa ni se pare de o importanţă deosebită.

Ajunşi la conştiinţa Eului divin interior, conştiinţa eliberată de temniţa celor trei corpuri care au ţinut-o închisă ne apare ireală, aproape ca un vis şi cu siguranţă lipsită de importanţa pe care i-o acordăm în general. La fel, un om de stat, încărcat cu numeroase însărcinări oficiale, dă puţină importanţă unei activităţi personale.

Lecţia pe care trebuie să o învăţăm constă în realizarea de sine, să ne regăsim în toată gloria noastră ca Eu divin. Conştiinţa captivă şi exilată va fi astfel adusă la conştiinţa primordială - de care ea s-a îndepărtat. Omul va fi din nou unul, Eul divin, folosind astfel în mod conştient cele trei corpuri ca instrumente ale sale, dar eliberate de legăturile lor.

De acum înainte, viaţa noastră terestră ne apare ca o activitate auxiliară căreia îi dăruim, din conştiinţa noastră, puţină atenţie.

Sfera de lumină

Aducându-ne conştiinţa în lumea Eului şi recunoscându-ne în aceasta, trebuie să încercăm să vedem ceea ce suntem în acea lume şi de aici înainte, să ne gândim la noi dintr-un alt punct de vedere. Constatând adevărata noastră aparenţă, nu va mai trebui să ne permitem niciodată să ne gândim la noi, ca fiind imaginea reflectată de oglinda noastră.

Înţelegând că noi suntem Eul divin interior, să nu recădem niciodată, nici pentru o singură clipă, în vechea iluzie că noi suntem corpul fizic şi că avem undeva, deasupra noastră, un Eu divin. De acum, poziţia noastră este inversată: vorbind de noi înşine, vorbim despre Fiinţa Radioasă care suntem într-adevăr, şi nu corpurile prin care se manifestă temporar o parte a conştiinţei noastre.

Suntem o sferă de lumină, care radiază mereu o lumină diafană este Eul nostru Superior, scânteia divină a sufletului nostru.

Conştiinţa Eului divin

În noi există o tendinţă de a recădea în vechea noastră obişnuinţă, aceea de a ne identifica cu corpurile, vehiculele noastre în lumea terestră.

Aţi simţit ceva măreţ, vă recunoaşteţi ca fiind Eul divin, deci trebuie spus: "Este magnific! Această stare sublimă nu se va mai sfârşi pentru mine".

Noi avem aceste experienţe superioare, dar ne resemnăm când ele dispar. Spuneţi-vă: "Nu voi lăsa să-mi scape această realizare divină. Eu, Eul divin, vreau să o reţin". Împărtăşind această viaţă plină de bucurii, de inefabilă beatitudine, luaţi decizia de a rămâne acolo. Nu vă mai întoarceţi în tenebrele exilului. De ce să vă mai întoarceţi la viaţa

personalităţii, această temniţă, atunci când puteţi trăi sub Soarele Vieţii Divine?

Iubirea Eului

Sub influenţa şi căldura luminii solare, floarea înfloreşte. Ea doreşte cu pasiune soarele şi dezvoltându-se, se înclină spre el. Este iubirea florii pentru soarele care a făcut-o să crească şi este de asemenea, iubirea sufletului pentru Soarele Divin care l-a făcut să înflorească.

Această creştere se face fără efort, nu prin forţă şi nici prin tensiune. Noi ne unificăm într-un mod natural cu obiectul iubirii noastre. De aceea, dragostea noastră trebuie să se reverse asupra tuturor, fără excepţie; ea trebuie să se dedice tuturor lucrurilor, pentru că Viaţa Divină se găseşte peste tot unde o căutăm. Dacă noi o refuzăm unei fiinţe sau unui lucru pe care vrem să-l excludem, excludem Viaţa Divină însăşi, făcându-ne mai dificilă uniunea noastră cu Divinitatea, Conştiinţa cosmică primordială.

Şi de această dată, înţelegerea acestei unităţi de conştiinţă ne va atrage spre ea, ne va uni cu ea. Ea ne va aduce până la prima din marile Iniţieri. Iubirea este ca un magnet, ne atrage şi ne uneşte cu ceea ce noi iubim. Dacă noi am reuşit să realizăm iubirea Eului, să simţim modul în care el îmbrăţişează în această lume largă toate lucrurile şi toate creaturile, atunci este imposibil să nu ne dăm seama că ne va conduce spre ţelul evoluţiei, la Unitatea Divină. Atunci când resimţim aceasta, ajungem să înţelegem sensul maximei oculte: "A se dezvolta precum o floare". Trebuie resimţită şi exprimată această iubire a Eului, apoi purtaţi pe aripile sale, vom fi conduşi la Unitatea Divină.

Ştiind definitiv că noi suntem Eul, trebuie să înţelegem puterile pe care le poate exercita, înainte de toate, dragostea Eului, puterea sa unificatoare, prezentată mai sus. Acest aspect al Eului este numit în termeni teozofici, Buddhi.

Tragedia apare atunci când conştiinţa Eului, trecând în cele trei corpuri, servindu-le intereselor, începe să se simtă o fiinţă independentă, mobilă, separată de întreaga lume înconjurătoare.

Activitatea creatoare a Eului

Eul posedă o altă putere, pe care noi trebuie să învăţăm s-o recunoaştem ca fiind a noastră; în cuvinte mai simple, aceasta înseamnă că de acum încolo, ne vom adresa întâi Eului lăuntric cel sfânt pentru ajutor, lumină, iubire şi putere, şi mai apoi muritorului. Acesta este mijlocul cel mai bun de a te sprijini pe tine însuţi, pentru că aduce puteri spirituale mai înalte, care lucrează prin viaţa personală, este ceea ce în teozofie numim Atma.

Să nu confundăm această Putere Divină cu "voinţa" din viaţa de zi cu zi. Noi vorbim despre ciocnirea voinţelor în viaţa terestră şi înţelegem prin aceasta, ciocnirea dorinţelor egoiste. Când se spune "el are voinţă slabă", este un fals. Nu voinţa este slabă, ci imaginaţia indisciplinată este cea care acţionează. A face, a executa, nu este o funcţie a voinţei, ci un alt aspect al Eului, activitatea creatoare. Voinţa este regele care declară: "Aceasta se va face", dar fără ca el însuşi să o facă. Din punct de vedere psihologic, voinţa este facultatea de a menţine conştiinţa fixată asupra unui singur obiect, excluzând toate celelalte - exemplul cu biciclistul (drumul liber) sau al beţivului (calea liberă spre casă). Este de fapt voinţa de a ţine concentrarea într-un singur punct şi a exclude restul.

"Nu voinţa este slabă, ci imaginaţia indisciplinată". Pentru a înţelege mai bine această afirmaţie, să analizăm câteva cazuri în care, în termeni obişnuiţi, voinţa noastră nu este destul de puternică.

Ne hotărâm să ne trezim la şase dimineaţa. Dacă ne folosim în mod judicios voinţa, ataşându-ne de ideea de a ne trezi, nu va fi nici o luptă interioară. Ne vom trezi fără probleme, doar cu senzaţia că ne mai este somn şi suntem încă obosiţi.

Imaginaţia creatoare a pus stăpânire pe problema noastră: aceea a trezitului. Lăsând imaginaţia indisciplinată să preia controlul, ne imaginăm situaţia nelpăcută pe care o vom simţi părăsind patul cald; ne imaginăm tot confortul pe care-l vom resimţi rămânând mai mult timp în pat sau readormind. Rămânând culcaţi, am dat dovada nu a unei voinţe slabe, ci a unei imaginaţii indisciplinate.

Folosirea obişnuită a voinţei ar fi fost de a ne menţine gândirea

creatoare sau imaginaţia concentrată pe o singură idee, aceea a trezitului, excluzând orice alt gând. Exemple asemănătoare, prezentate anterior: beţivul, biciclistul. Atunci noi nu am fi permis imaginaţiei să se joace cu astfel de gânduri, cum ar fi starea neplăcută de a ne ridica din pat şi confortul care rezultă în urma faptului că rămânem culcaţi. Noi nu am mai fi avut nici o dificultate în a ne trezi imediat.

Menţinând conştiinţa fixată asupra problemei care ne preocupă şi excluzând orice alte idei, orice sentiment, orice persoană sau orice altă influenţă exterioară, acţiunea va reuşi fără probleme.

Triumful Creaţiei

Folosim puterea voinţei pentru a da conştiinţei noastre un scop şi numai unul: perfecţiunea. Pentru a o pune în serviciul lumii, nu trebuie să lăsăm ca ceva să o perturbe.

Doar atunci când, înţelegând, noi ştim că toată Creaţia este una, absolut şi invariabil una, salvarea sau perfecţiunea înseamnă unirea cu Viaţa Divină, prezentă în toate lucrurile. Prin urmare, niciodată aceasta nu va fi individuală sau rezervată unor aleşi. Victoria unui om este o victorie pentru toţi. Atunci când o fiinţă atinge starea de adept, în el toată umanitatea, toată Creaţia triumfă, creându-se o nouă legătură între Dumnezeu şi umanitate. O nouă putere s-a născut pentru a alina suferinţele care împovărează umanitatea.

Succesul unei fiinţe umane oarecare este o bucurie pentru întreaga Creaţie şi niciodată un simplu succes individual. A dori perfecţiunea înseamnă a dori să schimbăm iluzia Eului separat, cu realitatea vieţii universale. Egoismul şi perfecţiunea se exclud reciproc. Încercaţi să folosiţi această putere într-adevăr divină, pe care fiecare din noi o are şi să o facem să servească cea mai mare acţiune care există.

Menţineţi conştiinţa fixată asupra ideii de perfecţionare, pentru a domina toate acţiunile noastre. S-ar putea să întâmpinăm greutăţi încercând să îndeplinim îndatoririle obişnuite şi, în acelaşi timp, să ne menţinem conştiinţa fixată pe ideea de a atinge perfecţiunea.

Noi suntem puterea!

Înţelegând astfel ceea ce înseamnă "să devenim noi înşine Cărarea", trebuie să ştim, în acelaşi timp, că nimic pe lume nu va putea nicidată să se pună între noi şi ţelul pe care vrem să-l atingem. Ne-am văzut propria divinitate şi că scopul se găseşte chiar în fiinţa noastră. Secretul evoluţiei este de a deveni ceea ce noi suntem deja! "Va trebui ca noi înşine să devenim Cărarea" este adevărul adevărat. Şi, cu toate acestea, pentru a şti, trebuie ca în conştiinţa noastră de Eu, să fi perceput ţelul perfecţiunii.

Într-un anumit sens, noi suntem încă de pe acum perfecţi şi divini. Adevăratul nostru Eu este evoluţia completă, care închide în ea cifrul evolutiv total. Noi suntem totodată omul primitiv şi omul perfect, iar obiectul eforturilor noastre este deja în realitate în noi.

Gândirea creatoare

După ce am înţeles iubirea şi voinţa, puteri ale Eului, ne rămâne să descoperim a treia sa mare putere, aceea a gândirii creatoare sau, cum este denumită în teozofie, Manos. În noi gândirea este manifestarea lui Dumnezeu, ca fiind Sfântul Duh, aşa cum voinţa este manifestarea Tatălui, iar iubirea - a Fiului. Dumnezeu, ca fiind Sfântul Duh, este Dumnezeu în activitatea Sa creatoare.

Când divinitatea se manifestă în noi, ne simţim inspiraţi, dominaţi de o facultate creatoare fără limite, având puterea de a ne îndeplini aspiraţiile. Doar gândul acţionează, creează singur şi doar el singur execită ordinele voinţei. Dacă voinţa este regele, atunci gândirea este prim ministrul, iar activitatea gândirii noastre creatoare ar trebui să fie dirijată întotdeauna de voinţă. Noi ştim, ca fiind Eu-ri, că putem să facem orice lucru. Simţim în noi înşine o energie creatoare fără limite, capabilă să îndeplinească tot ceea ce voinţa ar putea să-i ordone.

Trebuie ca această a treia mare putere, gândirea sau imaginaţia creatoare, să intre în joc, pentru ca acţiunea concretă să se

îndeplinească. De aici necesitatea de a fi dirijată în mod conştient, iar dacă nu ajunge să înţeleagă, aceasta va fi dirijată de natura sa inferioară, căreia îi va deveni sclav.

Secretul ascensiunii spirituale

În realitate, cele trei puteri ale Eului Superior funcţionează într-o unitate perfectă, pentru că toate cele trei puteri sunt una.

Să încercăm acum să le folosim simultan în cadrul îndatoririlor noastre zilnice, aşa cum acţionează în realitate, într-o strictă interdependenţă: - **voinţa** - pentru a vă ataşa exclusiv de perfecţiune, care va fi pusă în slujba omenirii; - **iubirea** - pentru a vă uni cu perfecţiunea, ca să puteţi ajunge la ea; - **gândirea** - ea este puterea Eului, este divină şi prin urmare, nelimitată.

Secretul lucrării spirituale constă în folosirea simultană a voinţei, iubirii şi gândirii în cadrul îndatoririlor noastre zilnice, rămânând în acelaşi timp la nivelul spiritual pe care l-am atins.

În concluzie, adevărata noastră patrie este cea divină, pe care am uitat-o o perioadă de timp.

Revenirea la sursă

Identificându-ne cu Eul Superior, în lumea vieţii noastre pământene, corpurile fizic, astral şi mental vor fi servitorii noştri. Nu vom mai permite conştiinţei elementare să se agaţe de conştiinţa Eului superior şi să-l domine. De la "înălţimea" Eului Superior, creaţi în corpul mental din interior, forma-gând a perfecţiunii pusă în serviciul omenirii. Cu voinţa voastră, nu-i permiteţi niciodată să se dizolve. De acum înainte ea va guverna viaţa voastră.

Cuprindeţi cu privirea corpul astral, al dorinţelor. Însufleţiţi-l dinspre interior cu emoţiile Eului Superior. Radiaţi din centrul corpului vostru sentimente de iubire pentru toate fiinţele, de devoţiune, de simpatie şi de

aspiraţie spirituală. Priviţi cum energia divină a Eului regenerează din interior corpul fizic şi eteric. Recunoaşteţi în el vehiculul Eului divin. Corpul fizic devine din ce în ce mai sănătos, ferit de bolile şi mizeriile vieţii de zi cu zi.

Eul trebuie să trăiască în lume, dar să nu aparţină lumii. Fiţi canale perfecte de manifestare a Eului divin pentru cele trei puteri ale sale, dar fiţi independenţi. De pe "înălţimile" Eului, contemplaţi experienţele şi fiţi detaşaţi. Neidentificându-vă cu cele trei corpuri inferioare, experienţele nu vă mai produc tulburări şi suferinţe. În concluzie, fixaţi-vă centrul vieţii voastre în interior, nu mai lăsaţi corpurile inferioare să se agaţe de conştiinţa voastră şi să vă întunece cunoaşterea Eului. Prin conştiinţa sa ne simţim uniţi cu Fiinţa Divină, împărtăşim bucuria prezenţei sale, iar în prezenţa sa totul devine natural. Să încercăm să fim măreţi în gânduri, în sentimente, să fim tot atât de măreţi ca El. Drumul Eului este drumul Iniţierii.

Prin Iniţiere, să înţelegem legătura permanentă a conştiinţei care s-a încarnat şi s-a identificat cu corpurile, cu conştiinţa mamă, dintre care prima a uitat această legătură. Este începutul unei vieţi noi, viaţa conştientă ca şi Eu, acţionând prin cele trei corpuri. Conştiinţa Eului nu mai este conştiinţa sclavă a corpurilor; presupune iubirea în sensul cel mai larg, unitatea cu toată Creaţia.

Instruindu-ne în prezenţa Eului, noi ajungem la scopul evoluţiei - Iniţierea. Ea conferă celui care reuşeşte o bucurie, o forţă şi o pace profundă şi permanentă.

CALEA FRUMUSEŢII DIVINE
- Practici spirituale -

Intuiţia - înţelegerea directă

Aceste pagini sunt destinate de a da puţin ajutor celui care exersează la dezvoltarea spirituală prin propriile forţe, fără îndrumarea atentă a unui maestru. Ele nu se limitează numai în a descrie drumul care conduce la divinul Eu Superior, ci te pot face să intri pe acest drum:

calea care conduce la conştiinţa de sine, pentru a cunoaşte adevărul asupra propriei tale naturi divine.

Prin gândirea raţională, suntem dotaţi cu un splendid instrument, pe care să-l folosim în scopul înţelegerii, până la un anumit punct, a vieţii şi lumii. Dar el nu este singurul la care se poate recurge. Elementul nou care apare în acest joc este **intuiţia, înţelegerea directă.** Când gândirea ne lipseşte, putem găsi starea intuitivă către care ne simţim conduşi. Această intuiţie este în noi şi îi este permis oricui să o descopere. "Căutaţi şi veţi găsi", ne îndeamnă Iisus. Cum se realizează aceasta?

Acela care învaţă arta meditaţiei adevărate se va pune în cele din urmă în armonie cu scopul divin, pe care îl va întrebuinţa de aici încolo ca pe un instrument sfânt, în munca sa printre oile rătăcite ale omenirii. Când inteligenţa raţională şi gânditoare îşi suspendă activitatea, intuiţia se manifestă liber. De aceea, este necesar să găsim mijlocul de a linişti continuu agitarea intelectului nostru. Mintea este un mecanism al dorinţelor. Ea întreabă tot timpul, aşteaptă, doreşte.

Adevărul reprezintă prezentul. Mintea nu are nici o legătură cu adevărul, ele nu se pot întâlni. Când ego-ul nu mai există, abia atunci se deschide adevăratul Eu. Ego-ul înseamnă când eşti deasupra altcuiva, eşti cineva. În prezent, gândurile încetează, nu se mai pot mişca, nu poţi gândi, mintea se opreşte. **Adevărata problemă este cum să fii aici şi acum. Libertatea constă în a fi acum, aici! Aceasta se realizează pe două căi:**

1. Făcând un efort pentru a canaliza gândirea şi a o conduce pe o linie oarecare, de exemplu **concentrarea** pe o idee abstractă şi înaltă. Aceasta se realizează după exerciţiul de meditaţie sau contemplare.

2. **Controlul respiraţiei,** deoarece există o legătură strânsă între respiraţie şi gândire. O simplă schimbare de ritm respirator va produce schimbări uimitoare în corp şi în spirit. Respiraţia este un pod între tine şi corpul tău. Corpul tău este universul tău cel mai apropiat. Respiraţia te conectează la Univers. Ea are două puncte de bază: contactul corpului cu Universul şi contactul cu tine, deci ceea ce transcede Universul. Normal, starea de respiraţie este o funcţie vitală

inconştientă. Dar orice încercare de a-i modifica ritmul formează imediat o funcţie conştientă.

Intuiţia este o percepţie fulgerătoare a adevărului, fără o atenţie conştientă orientată în acest scop, este cunoaştere interioară spontană. Intuiţia nu depinde de dezvoltarea mentalului, ci doar de nivelul de evoluţie atins de fiinţă, este "inteligenţa inimii", căci este pentru spirit ceea ce reprezintă instinctul pentru corp sau inteligenţa pentru mental. Intuiţia se naşte din îmbinarea armonioasă a sensibilităţii sufletului cu luciditatea spiritului. În procesul cunoaşterii, spiritul ne permite observarea evenimentelor, lucrurilor, fenomenelor, păstrând în acelaşi timp o distanţă constantă şi o detaşare certă faţă de ele.

Sufletul, din contră, are capacitatea de a intra în inima lucrurilor, pentru a se impregna cu energiile lor, rezultând astfel o cunoaştere directă, autentică şi originală. Această percepţie, dublată de luciditate, dă naştere intuiţiei şi oferă o viziune a realităţii, care nu este nici prea marcată de emotivitate, nici prea închisă în obiectivitate. Fiinţa intuitivă apare ca o forţă calmă şi liniştită care percepe spontan înţelesurile evenimentelor şi se integrează armonios în societate.

Urmează-ţi vocea interioară şi vei deveni propriul tău ghid spiritual!

Armonia cu Universul
- Calea spre perfecţiune -

Cultivarea conştiinţei spirituale

Singura punte existentă între Creator şi manifestările Sale materiale în lumea temporală este conştiinţa înnăscută. Cultivarea conştiinţei spirituale, prin practica meditaţiei, ne schimbă optica personală faţă de lumea înconjurătoare, ne luminează gândurile, înlătură emoţiile şi modifică însuşi modul nostru de a gândi.

Vom constata la un moment dat că lumea s-a schimbat în bine, dar în realitate propria conştiinţă s-a transformat, îmbunătăţind viziunea noastră asupra lumii. Este indicat să acordăm mai mult timp cultivării

potenţialului infinit al conştiinţei spirituale, singurul lucru pe care îl luăm cu noi după moarte.

Soluţia este educarea propriei minţi. Singura cale de a face acest lucru este cunoaşterea de sine, disciplinarea şi controlul minţii, folosindune de trup, minte şi respiraţie. Prin practicarea regulată a meditaţiei, noi putem îndeplini aceste cerinţe.

Cel care doreşte să-şi ia în stăpânire propriul destin, trebuie să străbată o cale lungă în plan spiritual, trebuie să capete un echilibru mental, psihic şi fizic. Raţiunea vieţii este să ne desăvârşim prin învingerea limitărilor pe care ni le-am impus, să explorăm tărâmurile necunoscute ale propriei fiinţe.

Adevărata libertate înseamnă evoluţie spirituală. Să fim liberi! Priveşte cu gândul, descoperă ceea ce ştii deja şi vei putea să fii liber, să faci ceea ce doreşti să faci, atâta timp cât nu răneşti pe altcineva. "Înainte de a vorbi, gândeşte-te dacă ceea ce vrei să spui aduce binele şi armonia în lume", ne sfătuieşte plin de înţelepciune Swami Shivananda. Este un mod măreţ de a conduce Universul.

Fiecărui om i se oferă posibilitatea de a-şi începe drumul spre iniţiere, spre adevărata perfecţiune, din punctul în care destinul l-a aşezat. Pe acest drum păşesc doar cei care au început să înţeleagă ceea ce sunt cu adevărat şi au început să treacă la fapte. Iniţierea este un nou început, începutul unei vieţi noi, al unei vieţi în adevăratul Sine sau Eu Superior, scânteia divină din noi.

Singurul element cu adevărat obiectiv al vieţii este conştiinţa însăşi. Ţelul suprem a fost şi este mereu întoarcerea la sursă - sursa conştiinţei spirituale primordiale.

Intelectul raţional este o ramură minoră a vastei conştiinţe spirituale primordiale. Deoarece conştiinţa spirituală primordială este singurul aspect durabil, permanent al psihicului uman, aspect ce transcede viaţa şi moartea, spaţiul şi timpul, înţelegerea intuitivă pe care ea o furnizează este mai adevărată, mai obiectivă şi mai universal valabilă decât confuziile subiective ale intelectului raţional.

Datorită faptului că condiţionarea minţii temporale tulbură conştiinţa primordială, prima sarcină este de a restabili puterile latente ale conştiinţei spirituale şi de a restitui spiritului primordial capacitatea de

comandă a celor trei comori ale vieţii. Unealta cu care se realizează acest obiectiv este meditaţia, materialele sunt propria esenţă (corp) şi energie (respiraţie),iar laboratorul de lucru este chiar mintea (spiritul).

Înţelegerea intelectuală şi cunoaşterea raţională sunt în mod normal obstrucţii spirituale, produse de confirmarea şi negarea arbitrară. Esenţa înţelegerii intelectuale şi a cunoaşterii raţionale îşi au originea în cele şase simţuri, fiind zi de zi mai încătuşată de emoţii şi trăiri sentimentale. Adevărata natură a vieţii, eternă şi imuabilă, înzestrată cu libertate necondiţionată, se află la îndemâna noastră, a tuturor, în noi înşine.

Căutăm lumina eternă, universală, aidoma unei perle strălucitoare aflate în inima tuturor fiinţelor vii. Odată ce misterul conştiinţei a fost pătruns, totul, întreaga lume ni se înfăţişează în cea mai perfectă claritate.

Hrănirea spiritului este suprema îndatorire, aceasta realizându-se prin meditaţie.

Meditaţia asupra Sinelui

Un scop divin pulsează întreaga fire. Cei care practică arta meditaţiei adevărate, mai devreme sau mai târziu, vor primi revelarea a ceea ce sunt cu adevărat: esenţă divină nemuritoare. Nu uita niciodată ce vrei să obţii, amintindu-ţi de Eul sfânt! Când te poţi menţine la această amintire, ai izbutit în meditaţie.

Până să ajungi la acel stadiu, trebuie să rezervi o parte din zi încercării de a te adânci în aceste gânduri. În acest sens, trebuie mereu să cauţi un refugiu; refugiu de tot ce este în afară, de tot ce nu este Eul tău adevărat, de tot ce nu este spirit pur, nu numai împotriva dezamăgirii şi suferinţelor, ci şi împotriva celor privite de lume ca plăcute şi bune.

La începutul practicii, scopul meditaţiei este să devenim conştienţi de viaţa noastră lăuntrică. Când am obţinut deja aceasta, scopul devine acela de a ajunge prin meditaţie, la sursa eternă a vieţii, la Sinele nostru Divin.

Cu alte cuvinte, năzuieşti la acea pace ce sălăşluieşte în centrul tău cel mai lăuntric. Pentru aceasta trebuie să te desprinzi de

experienţele tale lumeşti. Primeşte-le, ele fac parte din destin, dar nu te lăsa târât de ele! Adevărata ta linişte către care aspiri, adevărata ta "casă" poate fi găsită numai în adâncurile inimii tale, unde sălăşluieşte spiritul.

Pentru a izbuti în năzuinţa ta, trebuie să-ţi îndreptţi mintea înăuntru, ţinând-o liniştită în centrul inimii, pe când cu mintea de suprafaţă trăieşti viaţa activă. Deci, starea de concentrare în inima spirituală presupune orientarea continuă a atenţiei la nivelul inimii, ca sediu subtil al sufletului, ca şi cum tot ceea ce facem, tot ceea ce gândim, tot ceea ce trăim are ca sursă inima (sufletul nostru).

Dacă ne menţinem mereu această centrare în inimă, atunci corpul, emoţiile, suflul vital şi mintea sunt armonizate. Ele acţionează într-un tot unitar, armonios. Vom ajunge, astfel, la trezirea gradată şi din ce în ce mai profundă a sufletului. Starea noastră de armonizare lăuntrică va creşte, va crea spontan în jurul nostru o ambianţă umană mai caldă, mai apropiată, mai deschisă, având ca suport centrarea spontană a noastră în Sinele Divin. Astfel, vei găsi pacea mult visată, care te va face să realizezi un echilibru netulburat, orice îţi va oferi viaţa.

Spiritul tău cel mai adânc sălăşluieşte în acea pace, nu în tulburările emoţionale. De aceea, practica constantă şi corectă a meditaţiei ne transformă profund întreaga fiinţă şi ne direcţionează, în mod conştient, către revelarea Sinelui divin, perceperea extrem de rafinată a acelei scântei nemuritoare din inima noastră spirituală.

La începutul perioadei de meditaţie, realizăm că trăim, de fapt, într-o lume iluzorie, creată de propria noastră minte. Acesta este ego-ul, personalitatea noastră. Mai târziu, când ne liniştim mintea, ajungem să ne cunoaştem pe noi înşine, ca fiind martori puri şi detaşaţi la tot ceea ce se petrece în noi, cu noi şi în jurul nostru. Ne retragem din experienţă şi ne menţinem în starea de martor detaşat, conştiinţă pură, care pătrunde totul. Personalitatea noastră continuă să existe, dar numai ca parte a lumii obiective.

În ultimele etape ale meditaţiei, Realul este experimentat în tăcere, o tăcere atotcuprinzătoare, omniprezentă şi omniscientă.

Foarte puţini adepţi caută spiritul adevărat sau se străduiesc să aspire către desăvârşire! Lumea care ne înconjoară înfăţişează ea însăşi

marea putere ce ne orbeşte. Natura însăşi este marea iluzie. Cauza pentru care atât de puţini oameni ajung la Adevăr este că cel mai greu lucru din lume este să pătrunzi prin iluzia cosmică, cu care ne confruntă natura.

Această iluzie universală nu este decât în mintea noastră. Ea este acolo şi trebuie să o cucerim. Prima noastră dezamăgire este impresia că această lume, care pare solidă, este starea cea din urmă şi definitivă. În ziua de azi şi ştiinţa recunoaşte această impresie iluzorie. Această idee a fost prezentată la începutul cărţii. Nu mai revenim. Ea ne-a învăţat în cele din urmă adevărul că până şi lucrurile materiale nu sunt solide, aşa cum par a fi. Ele nu sunt altceva decât condensări ale luminii cu vibraţii foarte joase.

După cum gândeşti despre acest vast univers, aşa este el pentru tine. Însă, în clipa când gândeşti că el nu reprezintă doar lucrurile solide ce pare a fi, tu începi să vezi dincolo de iluzie. Învaţă să vezi cum este lumea în realitate şi astfel vei învinge această iluzie. Mintea trebuie înţeleasă, iar lumea examinată.

Când îţi înţelegi natura reală, vei înţelege şi ce este lumea. Ataşaţi de ceea ce pare realitatea existenţei lumeşti, amăgiţi de fericirea iluzorie pe care le-o oferă ignoranţa, oamenii cad într-o mulţumire pentru spirit. Nu este nimic rău să cauţi bunăstarea materială, dar această cărare nu trebuie să ne atragă cu totul. Ea nu este decât aspectul de suprafaţă al vieţii noastre. Marea iluzie cosmică te amăgeşte să crezi că această lume materială este reală. Fiind numai o singură Realitate, ceea ce este opus ei nu poate fi decât o iluzie; trebuie să cucereşti mintea, căci mintea este cea care creează iluzia.

Ar tebui să facem efortul de a înţelege scopul încarnării noastre, precum şi stăruinţa de a ajunge la Realitate. Deoarece adevărul este atât de subtil, foarte puţini ajung la el, dar de îndată ce-ţi dai seama de El, toate nedumeririle dispar pentru totdeauna.

Meditaţia trebuie practicată neîncetat, amintindu-ne de beneficiul năzuinţelor noastre. Învaţă să-ţi stăpâneşti mintea prin practicarea zilnică a meditaţiei, deoarece gândirea este aceea care produce iluzia. Deci, dacă îţi poţi goli mintea de gânduri şi ajungi la calmul mental, eşti în stare să examinezi lumea şi să observi natura ei reală. Această realitate este

ceea ce conştiinţa ta eliberată o vede că este, nu ceea ce gândurile tale te informează despre ea.

Meditaţia este procesul prin care deconectăm simţurile exterioare, pentru a permite percepţia celor interioare. Ca să funcţionăm ca fiinţe integrate, trebuie să fim echilibraţi. Conştiinţa noastră interioară ne structurează realitatea, corespunzător datelor primite de la simţurile exterioare şi interioare. Noi ne folosim simţurile exterioare incomparabil mai mult decât cele interioare. Meditaţia vine să egaleze acest raport. Atunci când ajungem la un echilibru între simţurile exterioare şi cele interioare, putem atinge armonia minţii şi a corpului.

Însă, dacă aveţi deja un sistem de meditaţie, continuaţi să-l folosiţi!

Puterea tăcerii

"Înainte de a vorbi, gândeşte-te dacă ceea ce vrei să spui aduce binele şi armonia în lume."

(Swami Shivananda)

La îndemâna noastră se găseşte o putere incalculabilă. "Înţelepciunea şi puterea - ne spune Carlos Castaneda - se află în noi înşine şi depinde numai de noi cum le folosim." Care este modul în care se poate ajunge la ele? Trec ani întregi până când ajungem să abordăm viaţa cotidiană în mod inteligent. Pentru a atinge starea de perfecţiune spirituală este necesar ca fiinţa umană să-şi transforme energiile şi tendinţele inferioare în energii şi aspiraţii superioare, urmărind apoi transcederea în tărâmul Tăcerii absolute.

Tăcerea este o poartă către adevărata meditaţie, iar cheia care o poate deschide este starea de pace profundă. Liniştea, absenţa vorbăriei inutile ne conferă energie divină care ne dă putere. Doar în tăcere omul devine conştient de vocea interioară a inimii sale. Tăcerea ne deschide calea către pacea şi înţelepciunea divină.

Fără tăcere, fără linişte interioară suntem agitaţi şi exteriorizaţi. Evenimentele exterioare devin adevărate pericole, creându-ne perma-

nent false bariere de protecţie. Astfel suntem rupţi de sursa regenerării profunde, sursa inspiraţiei, a armoniei şi unităţii divine.

În momentele de retragere tăcută în noi înşine, starea de linişte profundă face ca nici o forţă perturbatoare exterioară să nu ne afecteze. În tăcere există o forţă tainică, puterea divină a spiritului. Fiind încătuşate de corp şi minte, puterea şi energia noastră devin limitate.

Fiinţele umane se nasc înzestrate cu o cantitate finită de energie, energie folosită sistematic, începând din momentul naşterii. Înlănţuite în ignoranţă, fiinţele umane sunt precum un peşte în acvariu. Însă, prin meditaţie devenim conştienţi de adevărata natură umană, care este nelimitată, un ocean infinit. Când intrăm în comuniune cu Conştiinţa Divină Supremă, când ne identificăm cu ea, prin meditaţie, devenim fără limite, existăm pretutindeni. Adevărata noastră natură divină este regăsită în tăcerea deplină din adâncul sufletului nostru. Când realizăm adevărata natură divină a Sinelui, atingem plenitudinea spirituală. Aceasta nu este agitaţie, mânie, furie, gelozie sau alte pasiuni inferioare, viaţa capătă sens, totul apare ca izvorând din Sine. Atingerea diafană, tandră a experienţei divine apare doar când ascultăm, resorbiţi în noi, în centrul inimii spirituale, puterea tăcerii absolute.

Pacea profundă se realizează în mai multe etape. La început apare o bucurie în plan fizic, apoi ne bucură şi ne fascinează ideile pe care le experimentăm pe plan mental. Urmează fascinaţia exercitată de aspiraţiile spirituale. Ele reprezintă o etapă cu mult superioară, deoarece duce la transcederea limitărilor planului fizic şi mental. Însă numai atingerea tăcerii absolute, starea de martor suprem creează premisa identificării complete cu Conştiinţa Divină Absolută.

Pentru realizarea tăcerii absolute, este necesară învăţarea limbajului tăcerii, care şi el se realizează în timp. A rosti numai cuvinte care ne sunt absolut necesare şi a păstra tăcere o perioadă cât mai lungă de timp linişteşte dorinţele şi pasiunile. Însă adevărata tăcere este tăcerea gândurilor, tăcerea mentală, deoarece numai aceasta poate conduce la Realizarea de Sine. Adevărata linişte interioară odihneşte mintea, absorbind toate gândurile în pacea perfectă. De aici începe adevărata meditaţie.

Funcţiile meditaţiei şi ale respiraţiei

Una din funcţiile primordiale ale meditaţiei şi respiraţiei este aceea de a hrăni creierul cu oxigen şi sânge încărcat cu substanţe nutritive şi energie, care urcă prin coloana vertebrală. Hrana este necesară pentru a amplifica puterea singurului suport material al spiritului, care este creierul.

Creierul nu este mintea, el este o componentă a corpului fizic. Este ca un computer, are capacitatea de a gândi, dar rămâne totuşi o maşină care prelucrează informaţia, pe baza comenzii primite de la mintea omenească.

Creierul este numai un organ fizic, prin care mentalul îşi exercită controlul asupra corpului. Spiritul primordial este fără formă, fără graniţe, nemuritor. Pentru a funcţiona în lumea materială, temporală, spiritul trebuie să manifeste un aspect temporal numit "mintea umană", incluzând aici emoţiile şi gândurile. Mintea umană - spiritul postnatal - are două aspecte: mentalul emoţional, situat la nivelul inimii şi mentalul raţional, situat în creier.

Mentalul comunică şi controlează corpul fizic prin intermediul creierului, care la rândul său, este conectat la fiecare organ, membru şi ţesut prin întermediul nervilor şi meridianelor energetice. În concluzie, mintea controlează corpul fizic prin intermediul creierului, iar starea trupului fizic influenţează sănătatea mintală.

Ar fi bine să facem o distincţie clară între înţelegerea intelectuală şi cunoaşterea raţională pe de o parte, şi înţelegerea intuitivă, bazată pe cunoştinţele primordiale, pe de altă parte.

Intelectul şi raţiunea sunt produse ale minţii umane şi ne pot furniza informaţii practice privind lumea materială a fenomenelor externe, percepute prin intermediul senzaţiilor fizice. Intelectul şi raţiunea nu pot pătrunde misterele conştiinţei proprii şi nici releva natura adevărată a spiritului.

Intelectul este mărginit şi trecător, ca şi corpul fizic, el aflându-se în afara lumii eterne şi infinite a Spiritului. Când mintea umană este energizată şi reîntinerită, este capabilă să refacă legăturile pierdute cu propriile puteri primordiale, reechilibrând astfel aspectele postnatale ale

esenţei, energiei şi spiritului, cu predecesoarele lor prenatale. Acest proces se numeşte **"întoarcerea la sursă" şi face legătura directă cu puterea primordială infinită.** Mentalul raţional, când este corect cultivat, furnizează o sursă inepuizabilă de înţelepciune, datorită legăturii sale cu conştiinţa primordială.

Meditaţia este cea care realizează armonia, echilibrul între sentiment şi raţiune, pasiune şi înţelepciune, între inimă şi creier, altfel spus între mentalul emoţional şi mentalul raţional.

Creierul este cel care trebuie să dirijeze inima, permiţând mentalului raţional să controleze capriciile celui emoţional. Conflictele de interese între inimă şi creier vor trebui rezolvate în parte, de fiecare fiinţă personal.

Numai oprirea gândurilor - "şederea în linişte, fără a face nimic" - ne ajută să dobândim claritatea mentală. Aceasta presupune necesitatea cultivării celor două aspecte ale minţii temporale, care guvernează viaţa: mentalul emoţional şi mentalul raţional.

Când nu sunt controlate de raţiune, emoţiile întunecă mintea, epuizând rezervele de esenţă şi energie ale trupului. Din moment ce purificarea celor trei comori necesită îndepărtarea emoţiilor, este necesar a stăpâni mintea, adică a o menţine în starea ei originară: limpede, pură, tăcută, netulburată, vastă ca însuşi Universul. A stăpâni mintea presupune îndepărtarea gândurilor şi limitarea emoţiilor în pacea solitară şi seninătatea calmă a meditaţiei. Acesta este scopul meditaţiei.

Este suficient să adăugăm că, de câte ori meditâm, indiferent de stilul şi scopul meditaţiei, ne apropiem cu încă un pas de refacerea unei legături directe cu întreg Universul şi cu forţele sale cosmice.

Când mintea este calmă, deveniţi martorul atent al fiinţei voastre lăuntrice, observând totul. Această "privire" neutră şi tăcută vă va revela.

Pentru a merge spre Divin, pentru a cunoaşte adevărul, pentru a descoperi ceea ce suntem, este necesar să fim calmi şi detaşaţi.

Meditaţia se îndreaptă spre interior, gândurile spre exterior. Meditaţia este starea de "a fi", "a sta liniştit fără a face nimic", este repausul luminos în echilibru, inima fiinţei voastre, pacea totală şi vidul minţii, starea în care omul există în sine.

Oprirea gândurilor. Feriţi-vă de comentarii! Fiţi martor!

Ascultaţi, nimic mai mult! O linişte aparte vă va inunda, va domni liniştea. Veţi ajunge la o pace neaşteptată, la starea de conştiinţă pură. În această "sferă goală" de forme, atenţia se întoarce la adevăratul său cămin, vă veţi întoarce "acasă" în voi, în conştiinţa eternă fără pată. Vidul, puritatea, spiritul, vă deschid poarta Eului Superior, a identităţii voastre reale.

Cunoaşterea de sine. Se realizează prin detaşare şi prin abandonarea ataşamentelor faţă de lume şi persoane. Cunoaşterea de sine curăţă impurităţile fizice şi mentale.

Căutarea spirituală este purificarea de sine. Voi ştiţi din ce în ce mai mult că nu sunteţi un corp, ci o conştiinţă. Eliberarea constă în absenţa legăturilor. Atunci când veţi fi curăţaţi de atracţie şi de repulsie, veţi fi cu adevărat liberi.

Tehnica meditaţiei

Poziţia corpului. Corpul este relaxat, stând pe scaun, întins în pat sau în fotoliu. Coloana vertebrală se află în poziţie verticală, greutatea fiind distribuită în mod uniform. Corpul îşi găseşte echilibrul natural. Menţineţi-vă în această poziţie verticală fără tensiuni, fără blocaj fizic. Observaţi respiraţia: lentă şi profundă. Centrul ombilical se umflă şi se dezumflă ritmic.

Priviţi ca un spectator: fără comentarii şi fără să interveniţi. Toracele imobil creează senzaţia de pace. Vegheaţi la restabilitatea respiraţiei abdominale; să fie suplă şi lejeră - ajută la liniştirea gândurilor. Respiraţia ţese un pod între corp şi suflet. Devenind conştienţi de respiraţia voastră şi dobândind cunoaşterea directă a aerului, care intră şi iese din plămâni, veţi descoperi că nu sunteţi voi corpul vostru. Observând respiraţia, vă ne conduce spre fiinţa, spre esenţa voastră divină.

Pentru a dobândi pacea interioară trebuie să devenim calmi. "Moartea eului individual", masca noastră în societate, permite Eului Superior să se manifeste. Eliminaţi dorinţele din minte şi pacea divină se va revărsa asupra voastră şi va percepe adevărul. Părăsind lumea gândurilor, veţi obţine imensitatea tăcerii. Abia atunci veţi pluti pe oceanul necunoscutului.

Cunoaşterea trebuie să înceapă din noi, renunţând la personalitate, la eul individual, obţinând detaşarea absolută de tot ce ne înconjoară.

În concluzie, meditaţia este starea naturală a omului.

Călătoria interioară

Aşezaţi-vă în poziţia de meditaţie! Observaţi, nimic mai mult! Detaşaţi, priviţi în interiorul vostru! Conştiinţa este divină, este o facultate a sufletului. Voi sunteţi conştiinţa pură. Conştiinţa este nedefinibilă, nu are formă, început sau sfârşit.

În meditaţie detaşarea este indispensabilă. Detaşarea înseamnă a fi neutru. Nimic nu este bun, nimic nu este rău, lăudabil sau condamnabil. Priviţi, vedeţi, nu judecaţi!

Calea începe cu meditaţia. Meditaţia este o ştiinţă, te transformă, te ajută să fii în armonie cu Universul. Respiraţia este un pod spre Univers. Este singurul lucru constant între naştere şi moarte. Viaţa şi respiraţia sunt identice. Respiraţia este un pod între tine şi corpul tău. Corpul tău este universul tău cel mai apropiat. Respiraţia te conectează la Univers. Ea realizează contactul corpului cu Universul şi contactul cu tine, deci ceea ce transcede Universul.

Cunoaşterea este o virtute. Te întrebi uneori: "Sunt oare cu adevărat ceea ce sunt"? Cunoaşterea de sine constă în a te încrede în propria inteligenţă, pentru a cerceta ce ascund gândurile, pasiunile, acţiunile, dorinţele. Consideraţi-le ca pe nişte străini. Fiind complet detaşaţi, se va demola imaginea pe care v-aţi făcut-o despre voi înşivă. Eliberaţi de masca personalităţii, veţi găsi pacea binemeritată în voi înşivă. Aici vi se revelează adevărul, pentru că voi sunteţi adevărul, cunoaşterea de sine.

Pentru a ajunge la cunoaşterea de sine trebuie curăţat intelectul, cu scopul de a şterge ideile primite, debarasându-vă de tot ce nu este sinele. Trebuie redobândit centrul vid.

Cunoaşterea adevărată este fără gânduri, este conştiinţa infinită. Pentru a găsi calea divină trebuie să faceţi cale întoarsă, să renunţaţi la obişnuinţele voastre senzoriale şi mentale, care vă conduc spre exte-

rior, şi să plonjaţi în adâncul fiinţei voastre. Meditaţi şi vă veţi "întoarce acasă"! A privi, a vedea şi a trăi, fără a transforma nimic în cuvinte, în gânduri este cheia. Atât doar: văd, privesc. Un calm nespus, o tăcere vibrantă, vie. Aud totul, nimic nu-mi scapă şi totuşi mentalul nu face nici un val. Sunt în pace, fără nici o reacţie, fără gânduri, este percepţia imediată şi pură. **"Această atenţie corectă" este meditaţia.**

Adevărul este tăcere, linişte mentală. Acesta se dezvăluie în tăcerea spiritului. Renunţând la gândire, la cunoscut, faceţi saltul în necunoscut; aceasta este calea. A medita înseamnă a ieşi din agitaţia mentală. Conştiinţa este originea, sursa a tot ce există. Adevărul este în fiecare din noi. Ceea ce fiinţa umană doreşte să găsească, se află deja în ea. A distruge ignoranţa înseamnă a găsi adevărul.

Treziţi-vă din somnul iluziei! Este singura cale. Voi nu vedeţi ceea ce sunteţi - călătoria interioară, călătoria spre centrul fiinţei voastre, ceea ce este etern, prezent în voi. Să descoperim natura noastră divină, reală!

Visul conştient

Psihologii includ starea de vis în categoria stărilor "modificate" de conştiinţă, visul fiind o experienţă prin care trec toate fiinţele umane, indiferent dacă îi păstrează amintirea sau nu. A visa este o necesitate vitală a fiinţei umane. Cu ajutorul visului, omul îşi poate păstra echilibrul psiho-afectiv. Visul poate fi considerat un mecanism suplimentar de apărare a eului, care satisface în plan imaginar dorinţe refulate şi reduce tensiunile acumulate în viaţa cotidiană.

Somnul conştient este cea mai bună tehnică de relaxare, permiţând refacerea prin odihnă a întregului organism, care se destinde profund din punct de vedere muscular, nervos şi psihic, lăsând la o parte orice grijă şi preocupare. Însă, mental, trebuie să rămânem vigilenţi, deci corpul este destins, dar conştiinţa rămâne trează. Aceasta presupune, în prealabil, o relaxare a corpului după una din metodele pe care le practicaţi de obicei sau după cele sugerate în această carte. Apoi, în

această stare de destindere profundă, calmi şi liniştiţi, conştientizăm procesul de respiraţie fără a interveni.

Imaginându-ne pătrunşi de lumina divină, vom constata, cu timpul, o trezire a simţurilor astrale. Ne imaginăm în sfera de lumină, concentrându-ne pe partea stângă a corpului - corelată cu recepţia. Ascultăm cu cea mai mare atenţie tot ce se întâmplă acolo. Procedăm în acelaşi mod şi cu partea dreaptă - corelată cu aspectul emisiei. Acum ascultăm cu cea mai mare atenţie tot ce se întâmplă în totalitatea sferei de lumină.

Visarea lucidă conduce la o creştere a forţei subconştientului şi conferă accesul la misterioasele surse de inspiraţie ce există în profunzimea acestuia. Este o metodă de a amplifica disponibilităţile creative. Visele conştiente ne permit controlul acţiunilor fiinţei noastre astrale, favorizând accesul la potenţialul subconştient şi eliberarea blocajelor energetice. Acestea ne pregătesc pentru dedublarea şi proiecţia astrală, ne îmbogăţesc lăuntric şi ne permit o evoluţie spirituală rapidă.

A pătrunde în voi înşivă presupune a fi conştienţi în somn, apoi veţi fi conştienţi în orice împrejurare. Intelectul trebuie să fie ca o mare neatinsă, ca o flacără pe care nici o adiere nu o mai face să tremure. În această stare, veţi cunoaşte Divinul, natura voastră originară. Cunoaşterea este directă, spontană, este conştiinţă, nu raţionament. Cunoaşterea aparţine conştiinţei. Tot ce se află în afara noastră este lumea. Adevărul este în noi, putând fi cunoscut doar când îl vom trăi. Este Sinele, singurul maestru adevărat. Intelectul este somnul, intuiţia este trezirea.

Forţa vitală creatoare a Universului

Nu există o persoană numită Dumnezeu, ceea ce există fiind Divinul, care este o forţă, un ocean nelimitat de energie, de conştiinţă. Această forţă se manifestă sub diferite forme. Putem spune că Dumnezeu este Creaţia, Realitatea Creatoare, Viaţa. Este forţa Vitală Creatoare, infinită, nelimitată, pe care o veţi descoperi renunţând la "ego", la eul individual.

Experienţa pe care o veţi trăi după stingerea eului individual este

adevărata viziune divină, ceea ce este în valurile mării, în muguri sau în frunzele moarte, fiind, de asemenea, în noi toţi. Nu există o linie de demarcaţie între noi şi Fiinţa Cosmică. Aceasta înseamnă a fi una cu Universul. Conştiinţa este o stare de spirit, nu este credinţă, la fel cum nu este nici Cunoaşterea.

Omul activ care rămâne conştient nu este afectat de evenimente. Aceasta se realizează printr-o atenţie mereu trează. Există un punct în voi care nu ia parte la nimic, rămâne martor. El este netulburat şi mai presus de orice amestec, El nu acţionează, nu se alătură, nu suferă.

Cu cât această experienţă este mai profundă, cu atât sentimentele care vă fac să oscilaţi între emoţii şi opusul lor se vor dizolva. Atunci se revelează Conştiinţa Absolută. În concluzie, mentalul este un mecanism, care adună, păstrează şi clasifică în concepte ceea ce percep simţurile. Mintea este doar ceea ce ştiţi, Eul Superior este mijlocul prin care ştiţi totul. Dacă doriţi să realizaţi Eul Superior, Sinele vostru real, trebuie să uitaţi tot ce aţi adunat, să-L urmăriţi pe CEL care cunoaşte - Eul Superior.

Sinele, Eul Superior, martorul, cunoscătorul este identitatea noastră reală. El nu este implicat nici în naştere, nici în moarte, nu este nici iluzie, nici eliberare. El este martorul luminii şi al întunericului, al beatitudinii şi suferinţei. Sinele, cunoscătorul, este dincolo de orice dualitate.

Nu renunţaţi la lume! Transformaţi-vă şi regăsiţi-vă centrul originar!

Un singur moment de pace binecuvântată, de iubire nesfârşită şi de tăcere deplină este capabil să transforme totul. Dumnezeu este experienţa iubirii perfecte şi universale, este existenţa nelimitată, fiind pretutindeni, iar contopirea între individ şi Tot este Dumnezeu. După dispariţia eului inferior, ceea ce rămâne este Iubirea.

Ore potrivite pentru meditaţie

Cele mai indicate momente ale zilei pentru a medita sunt orele din preajma zorilor, amiezii, apusului şi miezului nopţii. Ideal ar fi să începeţi meditaţia cu jumătate de oră înainte de răsărit şi cu jumătate de oră

înainte de miezul nopţii, dar tot atât de bine este să meditaţi în intervalul de o oră sau două înainte sau după răsărit, ori după miezul nopţii. Este indicat a se respecta aceeaşi oră.

Pentru a concentra energiile celeste abundente în anumite configuraţii favorabile ale soarelui, lunii, planetelor şi stelelor, se recomandă momente care includ nopţile cu lună plină şi cele cu lună nouă, solstiţiile de vară şi de iarnă. În aceste zile, ar fi bine să începeţi meditaţia în jurul orelor 11,30 şi să o continuaţi cât puteţi de mult.

Meditând în aceste nopţi puternice, vă umpleţi rezervoarele energetice, revitalizând fiecare celulă din corp cu ajutorul energiei universale.

Ar fi bine să nu meditaţi în timpul furtunilor, al zilelor şi nopţilor extrem de călduroase şi al altor condiţii meteorologice anormale, evitând astfel ca energiile aberante ale mediului să pătrundă în sistemul energetic uman, unde pot produce tulburări şi dezechilibre.

Obstacole în calea meditaţiei

Ca orice lucrare de valoare, rezultatele se obţin cu osteneală şi greutăţi. Când vreţi să realizaţi starea de repaus mintal sau meditaţie, simţurile obiectează şi se opun acestei dorinţe: "Preferăm să rămânem în lumea fizică". Prin ataşamente fel de fel, ele fac tot ce pot pentru a reţine fiinţa umană în sfera pământească. Acesta este adevăratul motiv pentru care detestaţi meditaţia. Simţurile voastre sunt cele care o resping, nu voi, de aceea luptaţi, încercaţi să le învingeţi.

Eul nostru conştient şi rezistent dă tot felul de scuze pentru a nu adopta această practică a meditaţiei sau pentru a nu o continua după primul pas făcut. Personalitatea din noi o consideră plictisitoare. Această luptă iniţială pentru a birui neplăcerea creierului de a se odihni este cea mai grea, dar inevitabilă, căci este un obicei de vitală importanţă şi al cărui beneficiu nu poate fi bănuit cât este de preţios. A-l neglija înseamnă a-ţi produce mâhniri şi nepăceri.

Stăpânirea spiritului este stăpânirea de sine. Sufletul poate opri asaltul gândurilor, ce totdeauna dau năvală. El este căpitanul ce poate

comanda naturii întregi. Exerciţiul zilnic al repausului mintal liniştește spiritul şi-l întăreşte în pacea adâncă şi durabilă care găzduieşte Eul ascuns.

Disciplina spiritului

Prima şi cea mai importantă sarcină pentru aspirantul spiritual este să-şi aducă sub control mintea hoinară. Gândurile reprezintă interacţiunea dintre noi şi lumea materială şi nu sunt produse de esenţa noastră divină, adică de Sine, de Eul profund. Pentru a fi receptivă, mintea trebuie să fie tăcută şi atentă; fără tăcere interioară, spiritul este închis, nimic nu îi poate fi dăruit şi nu poate primi nimic.

Condiţia oricărei vieţi corecte este vederea şi ascultarea corecte.

Disciplina spiritului:

1. Trăiţi în prezent, singurul care este real şi viu. Adevărul nu poate fi cunoscut decât în prezent. Trecutul şi viitorul sunt simple iluzii.

2. Fiţi naturali! Modul de viaţă să vă fie simplu şi natural: "Sunt ceea ce sunt" sau "Sunt eu însumi".

3. Rămâneţi detaşaţi! Fiţi Sinele vostru!

Respectând aceste simple reguli, veţi obţine starea de spirit pentru realizarea adevărului şi a păcii interioare.

Practica meditaţiei
Purificarea mentală

Această tehnică poate fi folosită la orice oră din zi şi din noapte pentru a elibera mintea de gândurile perturbatoare şi a echilibra energia cerebrală. Purificaţi mentalul, extrăgând energia din zona sacrală în sus, de-a lungul coloanei vertebrale, spre craniu. Se recomandă şi înaintea meditaţiei sau când vă simţiţi obosiţi ori chinuiţi de gânduri obsesive şi emoţii conflictuale.

Plasaţi palmele ferm peste urechi, acoperindu-le bine cu degetele orientate spre ceafă. Încrucişaţi indexul - arătătorul - peste degetul mijlociu şi apoi lăsaţi-l să alunece brusc, izbind zona localizată la ceafă,

acolo unde cutia craniană se uneşte cu gâtul. Această mişcare va declanşa un sunet înnăbuşit, asemănător unei tobe, sunet ce va produce vibraţii în cutia craniană şi în creier. Efectuaţi seturi a câte 24-36 lovituri consecutive.

Meditaţia: "A sta liniştit, fără a face nimic".

Aşa cum postul fizic purifică esenţele organice prin sistarea oricărui aport alimentar, în acelaşi mod "postul mental" al meditaţiei purifică mintea şi reinstaurează capacităţile spirituale, prin îndepărtarea oricăror gânduri şi emoţii perturbatoare. "A sta liniştit, fără a face nimic" presupune ca şi mintea să fie liniştită, indiferent în ce stare vă aflaţi: de activitate sau de repaus.

Noi suntem ceea ce gândim. Dacă gândurile noastre sunt triste, ele declanşează nişte procese care, în timp, determină degradarea celulelor, putând provoca boli de ficat sau tulburări în funcţionarea organelor. Sub acţiunea şocurilor emoţionale, creierul generează brusc curenţi electrici de mare intensitate, care se răspândesc în tot corpul, pătrunzând în organe, în glande, provocând o stare depresivă ce afectează activitatea normală a întregului organism.

Stimularea în exces a organelor acţionează şi asupra glandelor lacrimale - supapa de siguranţă, ca şi atunci când conectăm un bec de 110 V la 220 V; va lumina puternic o fracţiune de secundă, după care se va arde. În această situaţie, omul poate înnebuni. Alungaţi orice emoţie tulburătoare care ar putea să vă întunece judecata, respirând adânc, liniştit.

Scopul real al cultivării liniştii emoţionale şi clarităţii mentale prin meditaţie este aplicarea acestor calităţi dobândite în viaţa de zi cu zi, atât în propriul beneficiu, cât şi ca exemplu pentru ceilalţi.

Meditaţia presupune tăcere, nemişcare, calm. Scopul liniştii, atât mentale cât şi fizice, este acela de a dirija atenţia către interior şi de a bloca accesul senzaţiilor exterioare. În această nemişcare, mintea se concentrează, iar atenţia se focalizează în mod obişnuit pe respiraţie şi nu numai, permiţând înţelepciunii intuitive să apară spontan.

Meditaţia şi cristalul

Staţi într-un fotoliu confortabil, cu spatele drept şi picioarele goale, relaxate pe covor. Cu cristalul în mâna stângă şi vârful îndreptat spre voi, închideţi ochii şi repetaţi mereu: "Eu sunt Lumina lui Dumnezeu". Procedaţi astfel timp de 30 de minute, cel puţin o dată pe zi.

Exerciţiul de mai sus se poate realiza folosind mantra din Siddah Yoga: "Om Namah Shivaya", pronunţată aproximativ: Om-na-ma-şi-va-ia.

În momentul când vă rugaţi, cristalele vă fac gândirea mai clară. Ele vă pot stimula capacităţile paranormale. Ruga înseamnă să-i vorbeşti Domnului prin mintea şi inima ta.

Tehnici de protecţie psihică

1.Faptul că purtaţi cristalul la gât sau în buzunar măreşte forţa câmpului energetic exterior corpului, făcând mai puternic câmpul auric. Este ecranul de forţă care va opri majoritatea gândurilor şi sentimentelor negative sau dezechilibrate.

2.Ţineţi cristalul în mâna stângă şi închideţi ochii imaginând un glob de lumină în centrul pieptului vostru. Inspiraţi prin creştetul capului Lumina Divină şi expirând, umpleţi globul de lumină. Acesta va creşte din ce în ce mai mare. Priviţi cu ochii minţii cum umple Universul cu lumină, străluceşte, sclipeşte ca un far.

3.Pentru protecţie spirituală mai mare, imaginaţi-vă în centrul sferei divine, folosind invocarea Luminii: "Invoc Lumina cristalului lăuntric. Sunt un canal curat şi perfect. Lumina îmi este călăuza".

4. Dacă simţiţi pe cineva luându-vă energia, canalizaţi Lumina Iubirii Divine şi trimiteţi-o persoanei în cauză. Priviţi-o într-o sferă de lumină albă, strălucitoare.

5. Invocaţi imaginea unui maestru, înger, sfânt sau a altui învăţător spiritual, rugaţi-l să vă umple fiinţa cu prezenţa lui. Automat veţi fi protejaţi de cei care v-ar putea dori răul.

6. Imaginaţi-vă într-un ou luminos, strălucitor, care emite iubire.

Liniştea interioară - trucuri mici, efecte mari

a. Pur şi simplu stai liniştit, nemişcat, privind pe fereastră, observându-ţi gândurile şi sentimentele. Răsplata este imensă.

b. "A nu face nimic" te învaţă să-ţi limpezeşti gândurile, să te relaxezi. Când îi permiţi minţii să-şi ia răgaz, ea devine mai puternică, mai ascuţită, mai concentrată şi mai creatoare.

c. Emoţiile vor fi calmate dacă respirăm adânc câteva minute; dacă sunteţi indispus sau dacă v-aţi enervat, atunci inspiraţi aerul cât mai adânc cu putinţă şi reţineţi-l cât puteţi de mult în plămâni. Apoi expiraţi foarte încet. Repetaţi de 3-4 ori şi veţi constata că v-aţi calmat. Aspiraţi aerul fără grabă, gândiţi-vă de fapt că aspiraţi energie pură, viaţă.

Pentru a exersa, comprimaţi-vă toracele - goliţi complet plămânii de aer, până când simţiţi că sunteţi pe punctul de a vă sufoca. Inspiraţi aer puţin câte puţin, timp de 10 secunde, dilatând plămânii.

Când veţi avea impresia că plămânii s-au umplut în măsura în care nu mai pot primi deloc aer, ţineţi-vă respiraţia timp de 5 secunde, după care respiraţi atât de încet, încât expiraţia aerului să dureze cel puţin 7 secunde.

Repetaţi acest exerciţiu de 6-7 ori: inspiraţie 10 secunde, apnee 5 secunde, expiraţie 7secunde. Veţi constata că grijile şi proasta dispoziţie vor dispărea şi veţi cunoaşte în sfârşit pacea interioară. Respiraţi adânc, iar neliniştea va dispărea ca prin farmec. Vă veţi regăsi siguranţa de sine, calmul şi încrederea.

d. Obişnuiţi-vă să vă păstraţi calmul, să vedeţi toate grijile şi greutăţile la adevărata lor dimensiune. Important este să vă străduiţi să învăţaţi, să faceţi progrese, să evoluaţi.

Vă recomand să staţi lungiţi în pat, să vă destindeţi. Culcaţi-vă, instalaţi-vă cât mai comod cu putinţă, în aşa fel încât să nu fie crispat nici un muşchi. Împreunaţi uşor mâinile şi respiraţi adânc, regulat. Repetaţi în gând în ritmul respiraţiei: pace, pace, pace. Veţi constata apoi că vă cuprinde o senzaţie de pace, de linişte aproape divină. Aduceţi în minte gânduri de linişte şi pace. Dacă veţi consacra 10 minute pentru acest exerciţiu, starea de sănătate vi se va îmbunătăţi considerabil.

e. Fixaţi-vă atenţia asupra curentului de aer ce străbate nările în

respiraţie, sau asupra fluxului de energie ce pătrunde şi iese printr-un punct vital, cum ar fi cel dintre sprâncene.

f. Atunci când respiraţi, concentraţi-vă asupra mişcărilor ombilicului în timpul expansiunii şi al contractării abdomenului.

g. Cu ochii pe jumătate deschişi, focalizaţi privirea pe centrul flăcării unei lumânări, dar includeţi în câmpul vizual şi marginile imaginii. Concentrarea necesară pe acest lucru îndepărtează din minte orice gânduri perturbatoare.

h. Concentrarea în centrul capului, prin toate modalităţile şi oriunde ne-am afla, liniştește gândurile.

i. Construirea unui pod de lumină între chakra Manipura şi Sahashrara şi repetarea mantrei AUM creează, de asemenea, o stare de perfectă relaxare.

Dimineaţa

Dimineaţa, la deşteptare, după ce v-aţi spălat, prima datorie este de a vă adânci în adevăratul vostru Eu. Vom obţine înţelepciunea care ne-ar inspira în toate activităţile şi ne-ar dezlega toate problemele ce ni le punem. Vom căpăta echilibrul mental şi conştiinţa unei stăpâniri de sine interioare.

Prima condiţie pentru a obţine liniştea mentală este de a fi în stare de repaus fizic cu scopul de a destinde Spiritul. În fiecare zi, aşezaţi-vă liniştit în acelaşi loc sau în aceeaşi cameră. Staţi drept şi nu vă sprijiniţi. După o perioadă de timp, corpul învaţă să asculte automat, până când nu mai rezistă influenţei corporale a sufletului.

Pentru a vă atinge scopul în momentul meditaţiei, alegeţi un moment când liniştea domneşte în jurul vostru, când stomacul şi digestia sunt în repaus sau când corpul vostru se simte liniştit.

- "A merge spre tine însuţi" liniştește mintea şi domoleşte gândurile.

Aşezati-vă cu coloana vertebrală şi ceafa în poziţie perfect verticală, cu ochii închişi. Gura trebuie să fie închisă, limba lipită de cerul gurii. Respiraţi lent şi profund. Concentraţi-vă asupra ombilicului. Fiţi atenţi la uşorul tremur, pe care respiraţia abdominală îl va provoca în regiunea ombilicală.

Seara: relaxarea totală a organismului

Întindeţi-vă pe podea. Închideţi ochii şi lăsaţi-vă cuprinşi de relaxare. Timp de 2-3 minute spuneţi-vă că respiraţia devine lentă şi regulată. Ea se va supune. Spuneţi-vă că mişcarea gândurilor devine lentă şi se opreşte.

Când mintea voastră va fi perfect calmă, deveniţi martorul atent al fiinţei voastre lăuntrice. Această "privire" neutră şi tăcută vă va ajuta să mergeţi spre divin pentru a cunoşte adevărul, într-un cuvânt pentru a descoperi "cine suntem"!

Unitatea absolută cu Universul

Culcaţi pe spate, ridicaţi genunchii şi pe urmă lăsaţi-i încet în jos, lateral. Atingeţi tălpile pe întreaga suprafaţă. Palmele atinse pe întreaga suprafaţă se pun în zona inimii, ca pentru rugăciune. Dacă doriţi, puteţi sta în această poziţie pe un fotoliu sau sprijiniţi de perete. Atingând tălpile şi palmele, se ating chakrele secundare situate în aceste zone şi astfel, închideţi circulaţia energiei.

Prin chakrele palmelor se colectează energia nefolosită judicios în corp şi astfel, începe să intre masiv energia universală prin chakra din creştetul capului, Sahashrara. De aici este atrasă de plexul solar, apoi prin chakra inimii în palme. Va fi apoi preluată de sistemul meridianelor şi răspândită în tot corpul unde este nevoie de energie vitală.

Efectuaţi cât mai des acest exerciţiu de meditaţie şi vă va ajuta să cunoşteţi mai bine ce se întâmplă cu corpul vostru, cu întreaga voastră fiinţă. Dizolvă blocajele energetice, ne umple de dragoste şi căldură şi ne dăruieşte sentimentul de unitate totală. Acest exerciţiu poate fi amplificat dacă veţi pronunţa mantra AUM. În hindusă se traduce prin: "Aşa să fie!"

Când pronunţaţi mantra AUM, totul vibrează în corpul vostru, acesta devenind spaţiul de rezonanţă al energiei mantrei. Vibraţia se simte puternic în prima chakră, Muladhara, şi în chakra a şasea, al treilea ochi. Mantra face perceptibili cei doi poli ai fiinţei tale. Conştientizează

în tine legăturile tale cu Cerul şi Pământul. Această conştiinţă corporală te ajută să te accepţi aşa cum eşti. Te percepi, îţi percepi Sinele şi prin aceasta, îţi direcţionezi atenţia, energiile tale proprii şi energia universală spre cei doi poli ai tăi, care-ţi vor lărgi în mod natural limitele autopercepţiei. Vei obţine o cantitate mai mare de energie şi o mai mare poftă de viaţă pentru propria ta persoană.

În timpul exerciţiului, să vă concentraţi la respiraţia abdominală. La început, exerciţiul se execută trei minute şi se creşte progresiv durata lui.

Legătura cu Pământul

Îngenunchiaţi pe o saltea potrivit de moale, cu genunchii depărtaţi la nivelul umerilor sau chiar mai mult, duceţi mâinile la spate şi aşezaţi palmele pe tălpi. Aplecaţi-vă pe spate cât puteţi, chiar până când atingeţi solul cu spatele. Curentul de energie format dă putere chakrei Muladhara, dizolvă blocajele la nivelul picioarelor şi bazinului şi întăreşte aura umană.

Prin meridianele energetice şi prin zonele reflexogene ale tălpilor, energia ajunge în corp şi vă armonizează. Se recomandă în dureri de cap sau în alte blocaje energetice situate în corp.

Înţelegerea naturii fiinţei umane

"Dacă nu te înţelegi pe tine însuţi, cum crezi că vei putea înţelege Universul? Caută în tine însuţi: numai şi numai în tine vei găsi răspunsul. Întreg tezaurul înţelepciunii se află la îndemâna dumitale şi te aşteaptă".

Pentru obţinerea unei stări de echilibru şi pace interioară este necesară **înţelegerea naturii fiinţei umane.** Pentru realizarea acestui deziderat, nu este nevoie să devenim sihaştri sau să ne retragem în mănăstiri din vârfuri de munte. Din contră, putem să ne continuăm multiplele noastre obligaţii în această lume activă, în timp ce omul interior este permanent în contact cu Tatăl dinăuntru.

Oare omul tracasat de vicisitudinile vieţii se poate ridica deasupra

lumii şi influenţei ei, astfel încât să-şi poată perfecta gândirea? Un mod universal de a percepe lumea, în afara graniţelor materialismului, ne învaţă că noi suntem energie sufletească într-un corp de energie fizică: suflet şi materie. Constituit din mai multe nivele, sufletul iradiază energie în întregul corp, acţionând asupra noastră prin mintea şi prin sentimentele noastre.

Mintea înseamnă voinţă, intenţie, hotărâre, gânduri, iar sentimentele sunt elanul, dragostea de viaţă, frica, mânia, tristeţea. Nu există sentiment care să nu fie însoţit şi de un gând, dar şi reciproca este valabilă; mai mult chiar, nici un proces sentiment - gând nu rămâne fără efect în plan fizic. Orice există este totdeauna în minte (psyche) şi în corp (soma) sau altfel spus psihosomatic. Sau, pe înţelesul tuturor, spiritul nostru ne însufleţeşte corpul, dându-i viaţă prin intermediul gândurilor şi al sentimentelor şi generând, astfel, acţiunea. În stare normală omul este inteligent, are un elan vital natural şi evoluează graţie încercărilor la care îl supune natura. Este capabil de reacţii spontane, perfect adaptate, îi place să fie afectuos, să dăruiască şi să primească, să comunice şi să colaboreze cu ceilalţi. Aceasta este natura fiinţei umane.

Şi totuşi, nu aceasta este starea generală a umanităţii; ceva tulbură ordinea firească, împiedicându-ne să ne exprimăm calităţile înnăscute. Oamenii repetă aceleaşi greşeli, nu se pot adapta diverselor situaţii, au reacţii afective discordante, care lasă în urma lor o strângere de inimă, le este greu să comunice ori să colaboreze unii cu alţii. Şi toate acestea se datorează suferinţei provocate de traume, apărute fie cu mult timp în urmă, fie încă în plină desfăşurare.

Traumele ţin de procesul maturizării, de evenimente cum ar fi războaiele sau recesiunile economice, momentele de criză, catastrofele personale sau naţionale, toate generând suferinţă. Dispariţia unei fiinţe dragi, doliul, boala, pierderea serviciului sau a locuinţei sunt toate momente de cumpănă traumatizante.

Suferinţa este o experienţă universală care afectează pe toată lumea. Odată blocaţi în urma unui eveniment, ori de câte ori ne aflăm într-o situaţie similară, în loc să reacţionăm adecvat, noi revenim la vechiul tipar disfuncţional. Şi astfel, vom suferi din nou, iar blocajul se

va accentua. El are componente în planul gândurilor, al sentimentelor, ca şi în cel fizic, şi toate acestea conviețuiesc împreună, sincronizat, realimentându-se continuu şi astfel menținând viu acest tipar. El devine parte integrantă a atitudinii noastre, a chimiei celulelor noastre, a atitudinilor, a reacțiilor, a muncii, a eşecurilor, a întregului nostru fel de a fi în această lume.

În momentul în care ne simțim lezați, nestatornica inteligență umană încetează să mai funcționeze şi să răspundă adecvat. Este baza înțelegerii întregii dileme omeneşti. Aceste idei au fost dezvoltate de Harvin Jackins în "Latura umană a ființelor umane". Acest lucru stă la baza oricărei tulburări funcționale, este fundamentul tuturor bolilor şi al afectării echilibrului uman.

Multe probleme apărute în cazul unui simptom par imposibil de explicat logic. De fapt, în spatele acestuia se ascund traume derivate din tulburări emoționale, care-şi au originea în sentimentul de a fi rănit, cum ar fi: necazuri de familie, supărări, pierderea unor persoane apropiate, care constituie miezul problemei. Demersul medical holistic recunoaşte că principala cauză a tulburării armoniei în întreaga ființă constă, de obicei, într-un blocaj energetic la nivel fizic, mental sau emoțional.

În lucrarea sa "Vindecarea traumelor emoționale prin homeopatie", Peter Chappell îşi imaginează omul ca fiind un fluviu, sufletul reprezentând izvorul care emană vitalitate sub forma unui pârâu ce curge năvalnic. Acesta străbate corpul şi se revarsă în afară prin faptele noastre, prin porii din piele. El creează astfel în ființa noastră şuvoiul vieții.

Undeva, pe râu în jos, există un baraj, constând din sentimente amare, care, neputând fi depăşite, s-au adunat. Astfel zăgăzuit, râul se revarsă peste maluri. Excesul de vitalitate se tot acumulează şi, la un moment dat, începe să se reverse pe deasupra barajului; abia dacă mai reuşeşte o şuviță să se prelingă în jos. Acumularea progresivă de toxine în spatele barajului va crea boala ca un blocaj energetic (palpitații la inimă, scăderea forței de pompare a sângelui etc.). Îndepărtarea barajului - procesul de eliminare a toxinelor - va restabili echilibrul, restabilind din nou pacea şi armonia.

În concluzie, suferinţa impregnează întreaga rasă umană la toate nivelurile societăţii, din toate ţările, rasele, profesiile şi domeniile de activitate. Trauma şi suferinţa se află la originea tuturor dereglărilor funcţionale ale umanităţii, în ele avându-şi originea mai toate bolile acute şi cronice.

Pentru a schimba această situaţie de suferinţă universală avem la dispoziţie o modalitate incredibil de eficientă şi care poate fi pusă în practică, folosind homeopatia şi Legea Minţii în ajutorul trupului. Împreună, ele acţionează profund şi eficient producând metamorfoza conştientă a oamenilor din toate păturile sociale, de la suferinţă şi boală, la libertate, vitalitate şi fericire.

Mintea Universală nu pune nici o limită, de aceea omul poate merge cât de departe doreşte, sau poate să stea pe loc. Singura limită este aceea creată de el însuşi, deoarece este liber să decidă singur şi nimeni altul nu o poate face pentru el; ceea ce face el este acţiunea lui şi numai a lui. În călătoria descoperirii de sine, omul este comandantul propriului său vas şi este singur răspunzător de oprirea din cursă.

Deci, răspunderea omului este aceea de a-şi alege propria destinaţie, iar puterea motrice de a-l duce acolo este furnizată de această lege impersonală. Numai când este pătruns de acest adevăr fundamental, el este pregătit să-şi coordoneze propriile forţe şi să se bizuie pe Mintea Cosmică că va păstra maşinile în funcţiune în timp ce el cârmuieşte nava.

Pe cât de impersonal răspund maşinile navei comenzilor precise, în acelaşi mod Legea Universală a Minţii răspunde comenzilor conştiente ale omului. Mintea Cosmică este energia cosmică, care nu este altceva decât Inteligenţa Divină. Fiinţa umană nu înţelege pe deplin această forţă, dar a învăţat un lucru despre ea, şi anume că poate fi dirijată cu mintea în direcţia dorită. La această Forţă Inteligentă omul are acces, deoarece el este una cu această Minte Universală.

Această imensă forţă se află la dispoziţia sa spre a fi folosită, dar nu se pune în mişcare până ce nu este solicitată de el. Acei oameni care învaţă cum să permită acestei Inteligenţe Universale să curgă în folosul lor, vor găsi eliberarea.

Aceasta este deci Inteligenţa şi Forţa pe care omul le poate pune

în acţiune. Pe cât de puternică este, încât menţine armonia în Univers, tot atât de ascultătoare este la gândul şi cuvântul omului. Fiinţa umană este întruparea forţei, care e gata oricând să-i armonizeze întreaga fiinţă.

Fiecare individ este ţinut etern ca o concepţie perfectă în Mintea Divină, adică el este Ideea perfectă a lui Dumnezeu, deci are dreptul să creadă că Spiritul doreşte să se manifeste prin el.

Să trăieşti zilnic în aprecierea faptului că eşti lăcaşul perpetuu al Spiritului, că Mintea lucrează continuu în noi şi prin noi, este mişcarea Spiritului prin legea Minţii. Corpul este acela care se schimbă.

Curenţii vieţii curg întotdeauna într-o singură direcţie. Omul trebuie să se adapteze la acest curent de viaţă şi atunci va descoperi armonia integrală. Toate necazurile sale vin de la faptul că el taie de-a curmezişul curenţii vieţii, aducând chiar distrugerea sa. Aceasta nu vine de la spirit, ci de la faptul că omul s-a hotărât să se abată de la acest curent armonios şi să-l înfrunte.

Nu Tatăl Ceresc va schimba direcţia acestui curent al armoniei, ci omul trebuie să se întoarcă şi să reia locul ce i-a fost desemnat, cooperând cu acest curent, în loc să-l întretaie. Aceasta este adevărata învăţătură despre Cauză şi Efect.

Omul este în întregime Minte, de la suflet până la atomii fizici. Aşa cum Gândul Divin condensat a devenit Universul Fizic, tot aşa şi gândul omului devine micul său univers fizic. Însă adevărul este că gândul omului devine forma lui materială. Împrejurările din viaţă şi condiţia fizică a omului sunt, de fapt, propriul lui model de gândire.

Aşa se explică faptul că, cu cât realitatea gândului este superioară, cu atât efectele sunt mai bune. Această Forţă interioară a Spiritului este superioară atât vibraţiei fizice, cât şi celei mentale. Este Spirit pur, cu mult deasupra puterii mentale, concentrării, sugestiei sau altor activităţi psihologice. Nu poate fi înregistrată prin mijloace umane. Acţionează în tăcere, tot aşa cum lumina Soarelui se aşterne peste câmpie. Nu este înregistrat de simţuri, întrucât acţiunea este extrasenzorială; viaţa Spiritului nu este tangibilă, nu este ceva electric care să-şi impună prezenţa. Se strecoară pe nesimţite în tot corpul, lucrând activ în fiecare celulă, reproducând propriul ei tablou, cu aceeaşi pace competentă cu

care dirijează Universul.

Efectele sunt vizibile: o nouă pace pătrunde conştiinţa, o nouă vitalitate începe să se facă simţită, vechea stare începe să dispară şi toate lucrurile sunt înnoite. În sufletul fiecărei făpturi umane există, în stare latentă, destulă Forţă Divină pentru a transforma întregul corp în perfecţiune. Această forţă este filtrată prin conştiinţa umană.

Trebuie să practicăm convingerea intimă în propria noastră conştiinţă, pentru că nu există nici un motiv de enervare. Aparenţa exterioară s-ar putea să persiste încă, dar pe aceasta o priveşte omul obişnuit, în timp ce omul divin pătrunde dincolo de aparenţe şi se adresează inimii.

Când ajungem să învăluim totul cu imaginea ce rezultă din tabloul divin, suntem mai aproape de realitate decât cei care văd contrariul, pentru că ei trăiesc în lumea simţurilor, pe când noi am reuşit să pătrundem în inima Realităţii. Prin urmare, să ne străduim să ne schimbăm atitudinea şi să vedem perfecţiunea în alţii, chiar dacă diformitatea lor este fizică sau de caracter.

Critica este o formă blândă de ură şi, uneori, nu este chiar deloc blândă. Ar fi bine să ne ferim să criticăm, chiar atunci când aparent ar fi justificată. De cele mai multe ori însă, critica nu are justificare.

Acela care înţelege profund semnificaţiile rugăciunii "Tatăl nostru" ("Şi ne iartă nouă greşelile noastre, precum şi noi iertăm greşiţilor noştri"), posedă multă iubire pentru a ierta şi a uita. Această rugăciune se referă la un principiu fundamental şi anume că orice ranchiună păstrată în inimă, în mod automat închide manifestarea perfecţiunii spirituale. Succesul constă în a ne plasa pe poziţia Spiritului, care nu condamnă pe nimeni.

Meditaţia în acţiune
- Cultivarea echilibrului şi a stăpânirii de sine -

Singura cale eficientă de a controla răspunsurile emoţionale şi de a stabili echilibrul este exersarea zilnică a stăpânirii de sine, în timpul situaţiilor şi activităţilor obişnuite.

Fără îndoială că în fiecare zi una din cunoştinţele noastre nu ne agreează şi spune ceva neplăcut despre noi. Dacă nu-i dăm ascultare, atunci jignirea nu se produce, ceea ce dovedeşte că gândurile sau cuvintele altora, în ele însele, nu au nici o putere asupra fericirii noastre.

De fapt, noi singuri avem puterea de a ne răni sufleteşte, prin reacţia mentală proprie la lucrurile spuse sau făcute. Deci, nu ar fi preferabil să adoptăm această atitudine! Dacă cineva are intenţia să ne jignească, refuzăm s-o acceptăm, iar dacă nu a avut de gând să ne jignească, de ce să o iau drept jignire? În primul rând trebuie să fim sinceri cu noi înşine, adică să ne eliberăm de gândirea limitată, căci totdeauna gândul este acela care impune restricţii. iar mai devreme sau mai târziu apare manifestarea fizică a acelui gând restrictiv. Prin urmare, pentru a curăţa fizicul, trebuie să facem o curăţenie mentală şi spirituală.

Alt exemplu elocvent: o impresie penibilă din trecut, repetată, a stârnit o reacţie emotivă puternică. Ea rămâne imprimată în subconştient şi, cu trecerea anilor, se pare că s-a şters din amintire. Dar de fapt nu uităm niciodată ceea ce am văzut, de exemplu un infirm, acest lucru producând în final perturbaţii serioase, corespunzătoare impresiilor aparent uitate. Atitudinea noastră în acest caz: să vedem perfecţiunea Spiritului în orice şi oricine, chiar şi în aceia pe care lumea îi numeşte infirmi sau bolnavi.

În sensul celor relatate mai sus, vă propun următoarea afirmaţie: **"Mă iert pe mine, precum şi întreaga Creaţie. Elimin total, şterg şi dizolv orice sentiment de jignire, toată supărarea, toată iritarea. Nu există nimic, nicăieri, care să aibă puterea de a mă irita, pentru că mă aflu în calmul etern al Spiritului. Sunt întruparea Spiritului, care emană pace, armonie şi perfecţiune. Îmbrăţişez întreaga Creaţie şi o învălui cu cea mai caldă şi mai profundă iubire divină. Mulţumesc Universului că aceasta se manifestă acum, în plan divin, pe calea cea dreaptă, într-un mod perfect". Această formulă este indicat a fi repetată de trei ori pe zi, după 15 minute de relaxare cât mai**

profundă.

Nu este neapărat nevoie să iei contact cu semenii pentru a te împăca. În principiu, este important să te împaci în conştiinţa ta, ştergând amărăciunea din stările tale mentale. Aceasta înseamnă că se restabileşte mental acordul cu armonia universală, singura stare a minţii în care perfecţiunea spirituală se poate manifesta.

Nu putem manifesta o stare fizică pozitivă întreţinând în acelaşi timp o stare mentală opusă. Mentalul şi fizicul trebuie aduse la starea lor de armonie şi înţelegere desăvârşită.

Stăpânirea de sine este manifestarea mentală a echilibrului emoţional şi cerinţa de bază în dezvoltarea spirituală. Cultivarea echilibrului înseamnă disciplinarea emoţiilor, cum ar fi: mânia, teama, gelozia, dorinţe fel de fel, excese alimentare sau sexuale; înseamnă echilibrarea energiilor interne prin reglarea reacţiilor emoţionale faţă de stimulii externi, presupune stăpânirea inimii cu ajutorul mentalului, dirijarea emoţiilor cu ajutorul raţiunii şi subordonarea instinctelor în faţa intelectului.

Iluminarea se realizează prin fuziunea compasiunii cu intelectul. Fără energia caldă a compasiunii, intelectul este rece şi calculat. Fără claritatea şi perspicacitatea intelectului, compasiunea este intenţie nobilă, ce nu poate fi niciodată pusă efectiv în practică. Dacă mânia, frica, patima, invidia şi alte emoţii conflictuale continuă să vă tulbure pacea mentală, dereglând balanţa energiei interne, întunecând claritatea mentală şi afectând comportamentul, înseamnă că nu aţi izbutit să aplicaţi în practica activităţilor zilnice virtuţile şi puterea de pătrundere prin meditaţie.

Însă, omul superior este neclintit în faţa emoţiilor - nu se entuziasmează când i se oferă un statut social, nu se făleşte când este lăudat, nu se simte afectat când este tratat în mod familiar, nu devine suspicios dacă i se răspunde cu răceală şi nu poate fi umilit.

Altă metodă care ne ajută să ne liniştim mintea este respiraţia. Este suficientă respiraţia adâncă de două ori, în orice acţiune. În acest timp, corpul se relaxează, iar mintea hoinară revine sub control. Relaxarea poate avea loc oriunde, cu condiţia ca stimulii externi să nu vă tulbure gândurile.

Dacă dorim să progresăm, trebuie să avem pacea şi liniştea

interioară.

Reguli pentru a trăi în armonie

Cum se va comporta ființa noastră interioară în fața vieții? Să-i înțelegem pe oameni chiar dacă în noi e mai mult orgoliu decât judecată dreaptă. Să-i iubim pentru ceea ce sunt și să-i înțelegem pentru ceea ce nu sunt încă. Nu vom putea avea decât o singură atitudine față de semenii noștri, și anume aceea de a-i înțelege cine și ce sunt ei, de a-i vedea ca atare.

Știind că toți ne tragem din același izvor, că suntem raze ale aceluiași Soare necunoscut, îi vom privi cu respect și venerație. Fiind toți în esență o rază a primei Lumini, înțelegând planul care guvernează Universul, plan ce cuprinde evoluția tuturor făpturilor și oamenilor, cu poticnelile și căderile lor, să-i iubim așa cum sunt. Azi poate sunt pe treapta cea mai de jos, dar cu timpul vor ajunge în vârf.

Natura așteaptă milioane de ani până ce vom deveni perfecți. Să încercăm și noi să avem o mică parte din acea răbdare, care este toleranța. Vom lăsa la o parte personalitatea temporară pe care ei o îmbracă. Vom avea bunăvoință față de toți semenii noștri, milă pentru ignoranța lor și dorința de a-i ajuta, amintindu-ne că sunt esențiali divini. Să avem bunăvoință și toleranță, combinate cu bunul simț!

Pătrunderea la nivel intuitiv

Tehnicile următoare vă conduc la redescoperirea Eului adevărat și vă ajută la pătrunderea în nivelul intuitiv.

Corelația dintre mental și respirație realizează **controlul respirației**, aceasta însemnând conștientizarea respirației, fără a interveni în vreun fel asupra ei. Gradat, respirația devine amplă și regulată. A reuși să-ți controlezi respirația înseamnă a dobândi starea de calm profund, putând astfel stăpâni cu ușurință agitația gândurilor.

Vizualizarea unui peisaj natural, odihnitor și a templului interior. Meditația ne propune să evocăm în interior un

peisaj care ne-a plăcut în mod deosebit şi să-l percepem cu toate simţurile. Aceasta ne va favoriza pătrunderea treptată în interiorul fiinţei noastre, unde ne vom găsi departe de influenţele lumii exterioare, într-o stare de calm lăuntric profund.

Vizualizarea axei interne şi a rădăcinii sale. După ce am realizat starea de calm profund, ne aşezăm într-o poziţie în care să avem spatele drept. Ne concentrăm asupra verticalităţii coloanei vertebrale. Conştientizăm starea de stabilitate şi încredere cu Pământul, în zona inferioară a acesteia, şi sublimul contact diafan cu lumina celestă din zona capului.

Vizualizarea luminii celeste. Vom vizualiza în continuare circulaţia luminii, coborând prin creştetul capului şi străbătând întreaga coloană, gradat, dizolvând toate tensiunile din corp. Ne focalizăm apoi conştiinţa la nivelul inimii, unde îşi are sediul "sufletul" intuitiv.

Vizualizarea oului de lumină. Pentru a ne proteja împotriva influenţelor nedorite din exterior, este necesar a ne vizualiza în interiorul unui "ou de lumină", de culoare galben-aurie sau albă.

Nivelul intuitiv. Apropierea degetului mare şi al arătătorului de la fiecare mână ne va ajuta să ne menţinem la nivelul intuitiv al fiinţei noastre. Pe măsură ce căpătăm experienţă, va fi suficient să realizăm acest gest pentru a avea acces instantaneu la acest nivel intuitiv, realizând o cunoaştere directă, autentică şi originală.

Respiraţia

Natura a fixat la 21.500 de ori numărul respiraţiilor între două răsărituri de soare. O respiraţie prea rapidă, zgomotoasă, agitată, iuţeşte acest ritm şi scurtează viaţa. O respiraţie adâncă şi liniştită economiseşte energia, prelungind viaţa.

Respiraţia şi circulaţia sunt în strânsă legătură; mai ştim că spiritul este în directă legătură cu ele. Respiraţia nu este decât suportul material al unei forţe, care este viaţa însăşi: această forţă ce se ascunde, nevăzută, în toate organele noastre vitale; într-o oarecare măsură, putem să controlăm acest curent nevăzut. Când forţa aceasta părăseşte corpul,

respiraţia se opreşte şi atunci se întâmplă ceea ce numim noi moartea.

Controlul respiratoriu ne îngăduie într-o oarecare măsură să controlăm acest curent nevăzut.

Rolul respiraţiei. Respiraţia este cheia controlului energetic, constituind totodată puntea dintre mental şi corpul fizic.

Respiraţia adâncă şi calmă relaxează, menţine claritatea mentală şi umple plămânii cu aer, astfel încât creierul şi întreg organismul beneficiază de un aport adecvat de oxigen. Respiraţia adâncă şi profundă, prin mişcarea diafragmei, masează şi stimulează organele interne.

Respiraţia abdominală. Abdomenul se dilată şi se comprimă în mod natural în timpului actului respirator: dilatare pe inspiraţie şi contracţie pe expiraţie. Respiraţia profundă abdominală este calea către bogatele resurse de "esenţă originară" şi către conversia lor în energie pură.

Trăsăturile respiraţiei

Liniştea. Inspiraţi şi expiraţi lent şi uşor, fără a face nici un zgomot, concentrându-vă doar asupra respiraţiei.

Finețea. Curentul de aer care se deplasează înăuntru şi afară prin nas şi gât, trebuie să fie foarte fin, asemeni unei brize uşoare.

Rară. Fiecare inspiraţie şi expiraţie trebuie practicată rar, fără grabă. Pentru aceasta, este necesar ca mentalul să rămână calm şi netulburat. Conştientizaţi respiraţia în orice moment.

Adânc. Inspiraţi adânc aer în abdomen, lăsând plămânii să împingă diafragma în jos, fără a-i umple la maxim. Inspiraţi cât mai relaxat, în timp ce abdomenul expansionează, apoi treceţi încet şi uşor către expiraţie şi trageţi abdomenul înăuntru, în timp ce diafragma urcă.

Lung. Faceţi inspiraţii şi expiraţii cât mai lungi posibile, fără a încorda sau tensiona pieptul şi abdomenul. Pentru aceasta, trebuie să respiraţi adânc şi rar şi să vă concentraţi asupra respiraţiei.

Moale. Respiraţia să fie rară, iar mintea clară. Cultivaţi o senzaţie de moliciune şi uşurinţă în respiraţie, menţinând muşchii relaxaţi.

Continuu. Fiecare inspiraţie trebuie să curgă uşor către următoarea expiraţie, urmată de o altă inhalare şi aşa mai departe, fără pauze sau reţineri ale respiraţiei între cele două faze. Lăsaţi inspiraţia şi expiraţia să o urmeze una pe cealaltă, natural şi continuu, ca respiraţia unui nou născut.

Egal. Încercaţi să inspiraţi şi să expiraţi egal în "lungime" şi durată. Aceasta necesită echilibru emoţional şi linişte mentală, oferind totodată minţii un subiect asupra căruia să se concentreze.

Tehnici de respiraţie folosite în meditaţie

Drumul către meditaţie începe cu controlul respiraţiei: zece minute seara şi zece dimineaţa. Respiraţia induce relaxarea completă a corpului. Cheia meditaţiei este concentrarea asupra actului de a respira.

Se începe cu concentrarea asupra respiraţiei abdominale. Inspiraţia şi expiraţia se efectuează într-un mod natural, conştientizând fiecare inspiraţie şi expiraţie şi accentuând expiraţia. În momentul apariţiei gândurilor perturbatoare, număraţi respiraţiile.

Interzicând accesul lumii exterioare, lumea interioară se trezeşte. Abia atunci ne concentrăm asupra unei imagini plăcute, asupra unei probleme, conştientizând că problemele se află în mintea noastră şi nu afară. Să facem deosebire între problemele reale şi cele imaginare. Să trăim în prezent.

Controlul respiraţiei ne calmează şi ne dă încredere şi putere. Ne permite să ţinem sub control gândurile şi emoţiile, pentru a ne putea concentra asupra problemelor imediate.

Actul meditaţiei este unul de purificare şi liniştire a minţii. O minte liniştită reprezintă fundamentul păcii interioare, iar pacea interioară se traduce prin pace exterioară. Te ajută să vezi lucrurile ca pe nişte mărunţişuri, în loc de urgenţe. Te învaţă să fii calm, oferindu-ţi experienţa relaxării absolute. Te învaţă să fii liniştit. Este esenţa: "a-ţi goli mintea". Tehnici de liniştire a minţii: reflecţia, respiraţia profundă, contemplarea şi meditaţia.

Închideţi ochii şi concentraţi-vă atenţia asupra respiraţiei: inspiraţie,

expiraţie, inspiraţie, expiraţie. Pe măsură ce gândurile îţi vin în minte, lasă-le cu blândeţe să treacă şi concentrează-te asupra respiraţiei. Secretul reuşitei meditaţiei constă în perseverenţă şi răbdare cu tine însuţi.

Respiraţia pentru începători. Respiraţia trebuie să fie normală. Nu o controlaţi! Observaţi şi simţiţi doar mişcările ritmice de ridicare şi coborâre a abdomenului. Calmul emoţional şi liniştea mentală sunt cerinţe obligatorii pentru acest tip de respiraţie.

Respiraţia normală abdominală este tipul principal de respiraţie folosită în meditaţie, realizând echilibru şi armonie. Se practică lent şi adânc, lăsând abdomenul să expansioneze în inspiraţie şi să se contracte în expiraţie. Acest tip de respiraţie masează organele interne şi glandele, tonifică muşchii abdominali, creşte aportul de energie şi promovează conversia esenţei hormonale, originare, în energie regeneratoare.

Respiraţia abdominală inversă este respiraţia pentru avansaţi.

Inspiraţi, diafragma expansionându-se descendent la fel ca şi în respiraţia abdominală normală; de data aceasta însă nu trebuie să împingeţi abdomenul în afară, ci să contractaţi muşchii abdominali, trăgându-i înăuntru. În timp ce expiraţi, relaxaţi muşchii şi lăsaţi abdomenul să se dilate, în timp ce diafragma urcă.

Prin acest tip de respiraţie se măreşte presiunea internă abdominală, se amplifică masajul organelor vitale, impulsionând circulaţia sangvină şi energetică şi conducând energia prin măduvă la creier.

Respiraţia prelungită. Acest tip de respiraţie, care se foloseşte în poziţiile de meditaţie, presupune inspiraţii şi expiraţii pline, adânci şi lungi, plămânii lucrând la capacitatea maximă. Cu ajutorul acestei respiraţii creşte cantitatea de oxigen absorbit şi cea de bioxid de carbon eliminat. Este trimisă mai multă energie către piele, în expiraţie şi introdusă o cantitate mai mare de energie în măduva osoasă, în timpul inspiraţiei.

Respiraţia prin palme şi tălpi. Cu ajutorul acestui mod de respiraţie, veţi simţi şi vizualiza intrarea şi ieşirea energiei prin chakrele secundare, localizate în palme şi tălpi. Prin această respiraţie

se elimină excesul de căldură din organe şi se absoarbe energie proaspătă din mediu. Se poate practica oriunde şi oricând, stând în picioare sau şezând în linişte pe fotoliu.

Respiraţia corpului. Acordaţi atenţie sporită expansiunilor şi contracţiilor regiunii abdominale şi vizualizaţi concomitent învelişul radiant de energie din jurul corpului, dilatând şi contractând energia ca un balon uriaş. Pe măsură ce progresaţi, puteţi începe respiraţia prin piele, schimbând energie în mod direct cu mediul înconjurător. Respiraţia trupului poate fi efectuată în picioare, şezând pe scaun sau în mişcare.

Respiraţia are un rol vital de transmitere a energiei atmosferice în organismul uman.

Respiraţia de transport. Această respiraţie necesită un grad sporit de concentrare.

Folosind mintea - pentru a dirija energia şi respiraţia - pentru a o conduce, puteţi transporta energia la orice organ, membru sau ţesut pe care doriţi să-l energizaţi. Este o tehnică excelentă de autovindecare. Poate fi utilizată pentru a reduce tumorile şi chisturile, pentru a stimula organele şi glandele cu funcţionare lentă şi pentru a aproviziona cu sânge şi energie ţesuturile stagnante. Necesită o practică îndelungată şi este mai eficace în poziţia şezând.

Începătorii o pot încerca în asociere cu respiraţia normală abdominală, ea constituind o bună modalitate de a începe cultivarea controlului mental asupra fluxului de energie internă.

Respiraţia pentru realizarea rapidă a repausului mental. Această respiraţie constă în încetinirea ritmului respiraţiei până la un punct mai jos de normal, mai puţin de 15 ori pe minut. Ar fi bine ca această schimbare să se facă treptat şi încet. Începeţi printr-o expiraţie foarte înceată, apoi inspiraţi încet, reţineţi o clipă răsuflarea şi expiraţi din nou. Exersaţi acest ritm cu toată atenţia şi cu ochii închişi. Concentraţi-vă cu tot interesul asupra respiraţiei, în aşa fel, încât, pentru un timp, să nu trăiţi decât pentru aceasta. Intensitatea respiraţiei trebuie să fie gradată, regulată şi liniştită, fără nici o tensiune, iar corpul complet relaxat.

Începătorii vor face acest exerciţiu timp de 5 minute, iar cei avansaţi până la 10-15 minute şi în cele din urmă, până la 20 de minute. Aţi reuşit

în momentul în care ritmul respirator se face aşa de încet, încât să nu mişte fulgul înaintea nărilor. La cel mai mic disconfort, reveniţi la respiraţia normală.

Respiraţia pe ambele nări. Se recomandă un control natural al respiraţiei, ca mijloc de a linişti agitaţia gândirii şi de a face ca respiraţia să fie liniştită ca a unui nou-născut. Acest tip de respiraţie face legătura între spirit şi trup, pentru că ea furnizează creierului un aflux de sânge arterial. Astfel, tensiunea şi relaxarea creierului, naşterea şi dispariţia ideilor sunt în raport direct şi special cu ciclul respirator şi pot fi controlate.

Absorbită de noul ritm respirator, orice gândire dispare, în afara acestui proces respirator.

Influenţa asupra spiritului creează un echilibru armonios în corp. Schimbând concepţia despre viaţă, devii un om nou, înţelegând scopul spiritual care se ascunde sub evenimente. Te ajută să presimţi divina armonie în toate dezacordurile vieţii noastre moderne.

Aflaţi sub influenţa unei emoţii puternice sau pasiuni de orice natură, sau pe calea de a vă pierde controlul, recurgeţi imediat la acest exerciţiu respirator şi vă va ajuta. Totuşi, când este vorba de cunoaşterea de sine acest control respirator nu trebuie să fie aplicat decât după şedinţa de meditaţie.

Atenţie! Nu se recomandă exerciţiile de respiraţie celor cu afecţiuni cardiace.

Respiraţia şi silueta. "Printr-un mai bun echilibru şi practicând o respiraţie relaxantă, în câteva săptămâni vă puteţi restabili echilibrul fizic şi psihic, tonusul şi puteţi pierde kilogramele în plus", este opinia profesorului Pierre Pallady - fără regim alimentar deosebit. Respiraţia, elementul de bază al tehnicii, permite regularizarea funcţiilor vitale ale organismului.

Respiraţia destinde sistemul nervos central, acţionează şi asupra plexului, care la rândul său, generează echilibrul sistemului neurovegetativ. Acesta va reglementa nevoile alimentare.

Prima săptămână: Inspiraţi timp de 5 secunde, păstrând aerul în plămâni tot 5 secunde. Repetaţi exerciţiul de 7 ori la rând, apoi efectuaţi acest grup de exerciţii de respiraţie la interval de o oră, cu

blândeţe, fără a contracta musculatura.

A doua săptămână: Într-un ritm de 7 respiraţii, la interval de o oră, inspiraţi şi expiraţi timp de 5-8 secunde, păstrând aerul în plămâni 1-2 secunde.

A treia săptămână: Inspiraţiile şi expiraţiile vor dura 8-10 secunde, distanţa dintre ele fiind de 2 secunde. Puteţi practica aceste exerciţii de ritmare a respiraţiei încă trei săptămâni. Apoi practicaţi exerciţiul ori de câte ori vă simţiţi stresat, mai ales seara, înainte de culcare.

Trucuri de păcălit stomacul

Când în timpul unei cure de slăbire vă atacă o foame feroce şi simţiţi cum vi se frânge voinţa, puteţi păcăli stomacul cu apă fierbinte (ceai de plante, neîndulcit, pentru a nu stimula secreţia de insulină). Căldura calmează nervii stomacului, iar lichidul creează senzaţia falsă de saţietate (reţetă chinezească).

Foamea se mai poate păcăli cu un măr, o pară sau un cartof, cu o oră înainte de mese sau şi mai des; acestea joacă rol de dop digestiv, diminuându-vă considerabil apetitul (metoda pariziană- Marie Francoise Plisier). Reducând sarea, care reţine apa în organism, şi eliminând total zahărul, înlocuindu-l cu miere, se poate slăbi peste 5 kg pe lună.

Respiraţia care alungă foamea. Acest tip de respiraţie este împrumutat din Yoga: inspiraţiile şi expiraţiile să fie ritmate, cu reţinerea intermediară a aerului în plămâni. Întindeţi-vă pe covor cu faţa în sus, într-o poziţie comodă. Mai întâi inspiraţi, numărând în gând până la 5.

Când plămânii sunt plini cu aer, opriţi-vă respiraţia, numărând până la 5. Când s-au golit, opriţi-vă respiraţia, numărând din nou până la 5. Exerciţiul se repetă de 10 ori pe zi.

Respiraţiile trebuie repetate cotidian. Pot fi utilizate în caz de emoţii, teamă sau foame. Efectuate zilnic, corpul se obişnuieşte cu ele şi se pot practica apoi oriunde vă aflaţi. Rezultatele nu se vor lăsa aşteptate. Vă veţi simţi mai vioi, mai stăpâni pe sine.

Respiraţia şi învingerea emoţiilor. Inspiraţi aer pe nări şi conduceţi-l de-a lungul coloanei vertebrale, până la baza ei. După câteva secunde, expiraţi oftând încet pe gură: "Ah!" Aceasta se realizează relaxat, într-un flux continuu, concentrat şi puternic.

În loc de concluzii
Chemarea divină

"Trezeşte-te şi ridică-te!
O, suflet înlănţuit!"

Fiecărui suflet îi este predestinat să devină desăvârşit şi fiecare fiinţă va atinge în cele din urmă perfecţiunea. Ceea ce suntem noi acum constituie un rezultat al acţiunilor şi gândurilor noastre din trecut, iar ceea ce vom deveni în viitor va constitui rezultatul a ceea ce gândim şi facem în prezent.

Dar în această formare a destinului nostru, obţinerea unui ajutor din afară nu este exclus. Atunci când ajutorul vine, forţele şi facultăţile superioare ale sufletului sunt accelerate, viaţa spirituală se trezeşte, dezvoltarea este stimulată şi, în cele din urmă, omul devine sfânt şi desăvârşit.

Pentru realizarea acestui deziderat sunt necesare anumite condiţii, pe care ar fi bine să le îndeplinească aspirantul la evoluţia spirituală. Acestea sunt puritatea, adevărata sete de cunoaştere şi perseverenţa.

Puritatea constă în gândire, vorbe şi fapte. În ce priveşte setea de cunoaştere, obţinem tot ceea ce ne râvneşte inima. Este nevoie de o continuă năzuinţă, de o luptă permanentă, de o încleştare neîntreruptă cu natura noastră inferioară, iar toate acestea vor dura până atunci când se simte o necesitate cu adevărat superioară şi până când se obţine victoria deplină. Munca aceasta nu este de o zi sau două, de un an sau doi; această luptă se poate extinde pe parcursul a mai multor vieţi.

Condiţia obligatorie în dobândirea adevărului spiritual pentru sine sau pentru transmiterea acestui adevăr altora, este puritatea inimii şi a

sufletului. Unicul mediu prin care poate fi transmisă forţa spirituală este iubirea, Dumnezeu fiind această iubire.

Dar studiul cărţilor nu este suficient pentru accelerarea dezvoltării spirituale. Ele reprezintă nişte mijloace auxiliare fireşti, creând chiar de la început o ambianţă favorabilă ce învăluie sufletul însetat de lumină, înlesnindu-i astfel posibilitatea să se apropie de divin. Pentru aceia pentru care interesele veşnice ale sufletului sunt cu mult mai importante decât interesele vremelnice ale vieţii lumeşti, iubirea de Divinitate constituie unicul bun al existenţei umane. Deschideţi-vă inimile pentru lumina vie a adevărului!

Plini de dorinţe fel de fel, încă de la naştere ne ataşăm de corpul nostru. Pe măsură ce avansăm în cunoaşterea căilor lumii în care acţiunile şi comportamentul ne afectează dorinţele, confortul şi progresul, apare PERSONALITATEA. Apare atracţia înşelătoare a lumii care învăluie sufletul în DESTIN, anulându-i astfel LIBERTATEA ABSOLUTĂ. Uită cine este, de unde vine, unde va merge şi care este adevăratul ŢEL în viaţă. Astfel, sufletul îşi uită adevărata sa natură, aceea a Sinelui Suprem Nemuritor. Implicarea în sentimentele lumeşti îl condamnă să rămână acolo.

Noi suntem o parte a Sinelui Universal şi a rămâne în această condiţie de separare de acesta nu este decât o agonie. Este foarte important să ajungem la EL. Majoritatea oamenilor îl caută în afara lor. Pentru a-L găsi cât mai repede, este necesar să-L căutăm în noi. Iisus este în noi! Doar aşa ascensiunea spirituală va fi directă şi rapidă.

Ataşamentele de lucrurile lumeşti, perisabile, ne conduc către implicarea în acţiune. Dorind să ne eliberăm de înlănţuirea ataşamentelor şi limitărilor omeneşti, ar trebui să ne dedicăm trup şi suflet acestui ADEVĂR.

"Prezenţa lui Dumnezeu poate fi resimţită în inima care renunţă la ataşamente, aversiune sau teamă." (SRI RAMAKRISHNA)

Divinul este întotdeauna gata să le întindă o mână de ajutor celor care sunt devotaţi: "Acela care nici nu se bucură şi nici nu urăşte, care este acelaşi în faţa durerilor şi plăcerilor, renunţând la bine şi la rău, plin de devoţiune (faţă de MINE), acela îmi este drag MIE."

Aspirantul spiritual devine mai puţin interesat de impactul său asupra

lumii şi urmăreşte cu ardoare revelarea deplină a Eului său real divin, unirea cu Spiritul Universal.

Dumnezeu este în interiorul şi exteriorul nostru, atotcuprinzător, imanent şi totodată transcendent, fără de început şi fără de sfârşit. El este Sinele oricărei fiinţe umane şi numai Realizarea Sinelui - ADEVĂRUL ULTIM - este ŢELUL suprem al aspiraţiei. Această uniune este singura cale de a scăpa de ciclul existenţelor (încarnărilor). Acest lucru nu se poate realiza atâta timp cât el nu a obţinut încă eliberarea spirituală.

Toate condiţiile de renaştere sau reîncarnare sunt determinate de Karma (destinul) fiecăruia. La început, omul nu ştie cum să realizeze aceasta.

Răspunzând chemărilor sale interioare, aspirantul se va strădui din răsputeri să-şi găsească calea de eliberare, dar lumina nu se întrezăreşte prea uşor. Fluviul renaşterilor este greu de traversat atunci când forţa interioară a cunoaşterii nu este suficient de puternică pentru a construi un pod peste el.

Timpul trece iute; unde-i calea care-l conduce ACASĂ? La început totul pare o încercare lipsită de speranţă! Timpul acordat vieţii este sortit să aibă un sfârşit. Nu ştie încă direcţia pe care trebuie s-o urmeze pentru a ajunge în final ACASĂ, conştient fiind că:

- existenţa umană este trambulina necesară îndeplinirii aspiraţiei de a-şi atinge destinaţia, de a se atinge acest tărâm al eliberării de naştere şi moarte în această încarnare;

- Sinele individual conţine atributele Sinelui Suprem Divin, deşi într-o formă potenţială latentă.

Graţia divină face să răsune cu claritate chemarea:

"Trezeşte-te şi ridică-te!

O, suflet înlănţuit!"

Abia atunci candela luminii spiritului său se va aprinde şi va străluci cu putere, în ciuda dificultăţilor circumstanţiale şi a limitărilor individuale puse de cel mai mare duşman al nostru, mintea individuală, care nu ne lasă să sfărâmăm lanţul acestor limitări ce împiedică procesul uniunii.

Practica spirituală este instrumentul care ne conduce spre finalitate.

Cu răbdare şi perseverenţă, noaptea întunecată a tristeţilor şi disperării începe să facă loc zorilor speranţei: "Tu eşti EU şi EU sunt

TU", dar nu ştim încă să le contopim. "Cine eşti TU şi cine sunt EU?" este starea de nerecunoaştere.

Aducând sub control organele senzoriale, astfel încât acestea să nu fie afectate de deşertăciunile materiale, care pot să ne abată din drum, obţinând liniştirea gândurilor şi armonia interioară (oprirea dialogului interior), însoţiţi la drum de Puterea Tăcerii, plecăm rătăcitori în valul vieţii, pentru a ne descoperi în propria fiinţă un ÎNŢELEPT DESĂVĂRŞIT, EUL SUPERIOR în scânteia divină ce-o purtăm.

Obţinerea armoniei dintre fizic, psihic, spirit şi destin sau karma, ne aduce eliberarea din ciclul reîncarnărilor.

Dumnezeu îl vede pe om perfect, creat după chipul şi asemănarea SA. EL i-a dat putere şi stăpânire. Omul poate fi numai ceea ce se "vede" el însuşi că este şi atrage numai ceea ce el însuşi se "vede" atrăgând, dar trebuie să aibă credinţa că este perfect, ca şi în mintea divină. Ar fi bine să descoperim iubirea curată din noi şi din Creaţia divină, iubirea eliberată de frică. Iubirea este Dumnezeu în manifestare, este cea mai puternică Forţă din Univers; ne ajută să ne acceptăm pe noi şi lumea din jurul nostru aşa cum este.

Vă propun o afirmaţie, care repetată cât mai des ne va ajuta să fim mai buni, mai milostivi, mai luminoşi.

"Sunt în armonie cu Cerul şi Pământul!
Invoc Lumina Iubirii!
Invoc Ploaia divină pentru purificare!
Iisuse facă-se voia Ta!
Salut Divinitatea Creaţiei din Univers!
Văd numai EUL său divin.
O văd, aşa cum o vede Dumnezeu
Perfectă după chipul şi asemănarea Sa.
Binecuvântez Creaţia Divină, oriunde ar fi!
În jurul meu este armonie, Iisuse: IUBIRE, IUBIRE, IUBIRE."

"Chem legea iertării, sunt dezlegat de greşeli şi urmările lor, mă aflu sub harul lui Dumnezeu şi nu sub legea karmei. Ceea ce se întâmplă în împărăţia lui Dumnezeu nu se întâmplă nicăieri în altă parte".

"Neg datoria, nu există datorii în mintea divină. Nimeni nu-mi datorează nimic, totul este lichidat. Trimit tuturor dragoste şi iertare."(

Florence Scowel Shinn, "Jocul vieţii şi cum să-l joci")

Aplicând afirmaţia de mai sus, la persoana întâi, liniştește gândurile şi întrerupe dialogul interior. Calmează mintea zburdalnică.

"Sunt în armonie cu Cerul şi Pământul!

Invoc Lumina Iubirii Divine!

Iisuse facă-se voia Ta!

Salut Divinitatea din fiinţa mea.

Îmi văd numai EUL meu Divin.

Mă văd, aşa cum mă vede Dumnezeu

Perfect(ă), după chipul şi asemănarea Sa.

În jurul meu este armonie, Iisuse: Iubire, Iubire, Iubire. Mulţumesc Universului!".

BCU IAŞI / CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

Bibliografie

Aleksandr Klizovski - "Energia psihică", Editura Lotus, 1998
Barbara Ann Brennan - "Mâini tămăduitoare", Editura Hungalibri
- "Puteri tămăduitoare", Editura Hungalibri
Daniel Reid - "Cartea completă de medicină tradiţională chineză" Editura Colosseum - Bucureşti 1996
Dominique Webb - "Drumul spre succes", Rom Direct Impex
Eugen Celan - "Viaţa după pragul morţii", Editura Teora, 1999
Frederik Bailes - "Mintea poate vindeca", Editura Solteris, 1998
H.P. Blavatski - "Vocea Tăcerii", Editura Neuron
Jeanne Guesne - "Corpul spiritual", Univers enciclopedic, 1998
James Summers - "Forţa vitală - Puterea vindecătoare a universului" Internaţional Impex SRL
Katrina Raphaell - "Mesajul cristalelor - Esenţa Luminii Spirituale" Editura Govinda, 1998
Lalla - "Ascensiunea unui suflet însetat de Dumnezeu", Editura Sapienţa, 1999
Lobsahg Rampa - "Cunoaşterea de sine" Editura Herald
Naomi Ozaniec - "Elemente de chakră" - Editura RAO, 1995
Omramm Mikhael Aivanhov - "Viaţa psihică : Elemente şi structuri", Editura Prosveta
Omramm Mikhael Aivanhov - "Gânduri", Editura Prosveta 1995, 1999
Osho - "Viaţa este aici şi acum" Editura Herald
Osho - Meditaţia: arta extazului", Editura Herald, Bucureşti
Prentice Mulford - "În zarea nemuririi", Editura Lotus 1999
Paul Brunton - "Cunoaşte-te pe tine însuţi", Editura Nova
Paul Brunton - "India secretă", Casa de editură şi presă "Viaţa Românească", Bucureşti 1991
Peter Chappell - "Vindecarea traumelor emoţionale prin homeopatie", Editura Teora, 1997
Raymond Charles Barker - "Ştiinţa succesului", Editura Sagittarius, 1995
Swami Sivananda - "Practica Meditaţiei", Editura Kuberna
Swami Vivekanaanda - "Bhakti-Yoga", Editura Lotus, 1993
Silvia Cinca - "Radiografii pentru succes", Editura Moonfall Press
Victor Pauchet - "Calea Fericirii", Editura Deceneu
Yoga Magazin - 2000-2001
Yog Ramacharaka - "Ştiinţa respiraţiei în Yoga", Editura Lotus, 1999
William Brugh Joy - "Transformarea - Calea bucuriei", Editura Sagittarius, Iaşi, 1995

Cuprins

Dedicaţie 3
Prefaţă 4
Prefaţa autorului.....5
UNIVERSUL CUNOAŞTERII.....8
Armonie şi echilibru.....8
Trezirea sufletului - Eului interior 12
Noi nivele ale realităţii 15
CONSTITUŢIA FIINŢEI UMANE.....17
Viaţa şi omul în Univers. Energia Universală.....19
Structura moleculară a corpului 21
Creierul şi Eul Superior.....23
NATURA FIINŢEI UMANE 24
Comorile vieţii - esenţa, energia şi spiritul 31
Esenţa 32
Energia 33
Spiritul 34
Întoarcerea la sursă.....35
CORPURILE OMULUI.....37
Corpul fizic.....37
Chakrele şi corpul fizic.....39
Aura corpului uman.....43
Corpul eteric.....45

Conexiuni ale corpului fizic cu cel eteric.....47
Corpul emoţional.....48
Corpul mental.....49
Corpul astral.....51
Voinţa divină din interior (matricea eterică).....53
Corpul celest.....54
Corpul cauzal.....55
CHAKRELE TRANSPERSONALE.....59
"Poarta Stelară".....59
Chakra "Astrul Sufletului".....61
Chakra cauzală.....62
"Astrul Teluric".....64
Activarea "Astrului Teluric".....66
Mesagerii Esenţei Divine.....68
Esenţa supremă - motorul vieţii universale.....69
Tehnica integrării corpului de lumină în cel fizic.....71
Identificarea cu noi înşine, cu esenţa cristalului pur, lăuntric.....73
Eşti tu una cu Universul?.....78
Primul pas.....80
Ţinta finală: întoarcerea la sursă.....85
Eul Superior.....86
Luptător sau om obişnuit.....88
Deşteptarea sufletului.....91
Lupta interioară.....92
Necunoaşterea cauzei.....92
Natura divină a fiinţei umane.....93
Călătoria sufletului în exil.....94

Noi suntem Eul Divin.....95
Iniţierea.....95
Calea spre Eul Superior.....96
Transformări în corpul fizic.....97
Transformări în corpul astral.....99
Transformări în corpul mental.....100
Efectul imaginaţiei nestăpânite.....102
Intenţia.....102
Imaginaţia creatoare.....103
Patria Eului divin.....104
Manifestările Eului Superior.....105
Manifestarea temporară a Eului divin.....106
Sfera de lumină.....107
Conştiinţa Eului divin.....107
Iubirea Eului.....107
Activitatea creatoare a Eului.....109
Triumful Creaţiei.....110
Noi suntem puterea.....111
Gândirea creatoare.....111
Secretul ascensiunii spirituale.....112
Revenirea la sursă.....112
CALEA FRUMUSEŢII DIVINE - practici spirituale.....113
Intuiţia - înţelegerea directă.....113
Armonia cu Universul - calea spre perfecţiune.....115
Cultivarea conştiinţei spirituale.....115
Meditaţia asupra sinelui.....117
Puterea tăcerii.....120
Funcţiile meditaţiei şi ale respiraţiei.....122

Tehnica meditaţiei....124
Călătoria interioară....125
Visul conştient....126
Forţa vitală creatoare a Universului....127
Ore potrivite pentru meditaţie....128
Obstacole în calea meditaţiei....129
Disciplina spiritului....130
Practica meditaţiei....130
Meditaţia: "A sta liniştit, fără a face nimic"....131
Meditaţia şi cristalul....132
Tehnici de protecţie psihică....132
Liniştea interioară - trucuri mici, efecte mari....133
Unitatea absolută cu Universul....135
Legătura cu Pământul....136
Înţelegerea naturii fiinţei umane....137
Meditaţia în acţiune - cultivarea echilibrului şi a stăpânirii de sine....141
Reguli pentru a trăi în armonie....144
Pătrunderea la nivel intuitiv....144
Respiraţia....145
Trăsăturile respiraţiei....146
Tehnici de respiraţie folosite în meditaţie....147
Trucuri de păcălit stomacul....151
În loc de concluzii - Chemarea divină....152
Bibliografie....157

Editura VULTUR ZM din Deva a luat fiinţă în anul 1997 (http: fachirul.ebony.ro). Ea are ca scop principal editarea de cărţi din domeniul esoteric sau paranormal şi cel al terapiilor naturiste (aromoterapie, fitoterapie, dietoterapie, relaxare şi autosugestie, tehnici de echilibrare energetică, yoga, puterea subconştientului etc.), dar şi din alte domenii: astrologie, călătorii astrale, religie, istorie etc. Vă oferă cu plata ramburs, cele mai apreciate lucrări necesare pentru evoluţia spirituală:

1. SECRETELE VINDECĂRII CANCERULUI, de Nicky McCloud .....60.000 lei

Această lucrare se adresează tuturor persoanelor cu probleme de sănătate, care doresc să-şi grăbească vindecarea sau să-şi prelungească viaţa. Plantele medicinale constituie un nesecat izvor de sănătate, aflat la îndemâna oricui. Ele pot avea efecte miraculoase, atunci când sunt folosite corect. Această carte vă arată cum să folosiţi plantele de leac în scop terapeutic, în diverse afecţiuni: digestive, respiratorii, ginecologice, ale aparatului urinar, circulator, locomotor etc., precum şi în tratarea diferitelor forme de cancer. Din paginile cărţii, veţi mai putea învăţa cum să vă alimentaţi corect, ca să nu vă mai îmbolnăviţi.

2. CARTEA TERAPEUŢILOR, de Camelia Ardelean.....50.000 lei

Citind "Cartea terapeuţilor", veţi afla despre rezultatele spectaculoase ale unor terapeuţi sau medici care tratează numeroase afecţiuni cu ajutorul bioenergiei, metodei secrete Usui, homeopatiei, inforenergeticii, acupuncturii, plantelor medicinale, argilei, dietoterapiei, practicii yoga sau ayurveda, masajului terapeutic (reflexologie, presopunctură, kiroterapie etc.), prin puterea cuvântului şi a privirii sau prin diverse tehnici orientale cunoscute şi la noi (tsubo, qi-gung etc.).

În carte veţi mai găsi numeroase reţete propuse de terapeuţii prezentaţi în paginile ei, unii dintre aceştia deja celebri (Elena Niţă Ibrian, Nicolae Marcu, Ioan Bircea etc.), precum şi alte subiecte extrem de interesante: arhitectură peisageră, astrologie, ascensiune spirituală, clarviziune, paranormal etc.

Veţi citi cum se desfac farmecele, cum se lecuieşte de deochi, cum vă puteţi afla viitorul deschizând Psaltirea, veţi cunoaşte o mare ghicitoare în cafea, în cărţi de tarot şi în palmă, şi multe alte personaje interesante, care sunt parcă desprinse din lumea basmelor.

Precizăm că absolut toate reportajele (capitolele) din carte sunt

realizate cu persoane REALE.

3. ŞCOALA INIŢIERII ASTRALE, de Melfior Ra .....50.000 lei

Binecunoscuta ocultistă şi autoare MELFIOR RA ne oferă cu generozitate noi informaţii din sfera astrală, unde ea călătoreşte deseori prin metoda decorporalizării. Noua sa carte, "Şcoala iniţierii astrale", pe care v-o recomandăm cu căldură, relevă încă o dată faptul că Melfior Ra este unul din mesagerii întrupaţi pentru a arăta semenilor ceea ce există dincolo de aparenţele lucrurilor. Faptele din viaţa unui om pot arăta că există predestinare, şi aceasta acţionează cu atât mai mult, cu cât cel în cauză şi-a înălţat nivelul spiritual.

Se poate spune că, odată ce ţi-ai ales drumul, calea ţi-e deschisă către faptele în conformitate cu acest drum. Altul nu mai poţi alege. Din acest punct de vedere, Melfior Ra este, pentru semenii săi, un autentic far, care luminează şi le arată calea celor ce doresc să evolueze spiritual.

4. CALEIDOSCOP PARANORMAL 1 .....45.000 lei

Această lucrare deosebită îşi propune să aducă în atenţia cititorilor subiecte extraordinar de interesante, referitoare la câteva din nenumăratele mistere ale omenirii, legate în special de originea şi evoluţia omului până în zilele noastre. Cine suntem, de unde venim, de ce ne aflăm pe această planetă, sunt doar câteva din întrebările la care nenumăraţi cercetători şi oameni de ştiinţă încearcă să găsească răspuns, opinia lor regăsindu-se şi în paginile cărţii de faţă.

Mai puteţi găsi, în această carte, întâmplări misterioase legate de magie, de civilizaţia giganţilor, care a trăit în urmă cu mii de ani pe Terra, de enigmaticul Conte Saint Germain, născut cu cca 300 de ani în urmă, despre care se spune că mai trăieşte şi astăzi, de comorile ascunse de nazişti după război, de scufundarea continentului Atlantida, de alchimie, de lumile subpământene, de religia Voo doo, de fantome, şi multe alte subiecte interesante, care vă vor captiva, cu siguranţă.

5. MISIUNEA SPIRITUALĂ A ROMÂNIEI, de Gicu Dan + cristal .....50.000 lei

Lucrarea este scrisă de un autor de excepţie, care se consideră continuatorul spiritual al renumitului sculptor român Constantin Brâncuşi, la rândul său, un foarte mare iniţiat. Gicu Dan, căci despre el este vorba, a primit iniţierea în locurile sacre din Munţii Retezat, locuri care fac parte din Crucea Energetică a Terrei.

După cum veţi constata parcurgând rândurile acestei minunate cărţi,

autorul este un foarte mare admirator al renumitei ocultiste MELFIOR RA, care ne-a încântat cu revelaţiile şi călătoriile astrale descrise în cărţile sale. Din acest motiv, el o aminteşte deseori pe parcursul cărţii, evidenţiind, în acest mod, faptul că s-au întâlnit şi în altă viaţă, având aceleaşi preocupări spirituale, pe care le continuă şi acum, în prezent.

Cartea cuprinde numeroase teme de meditaţie, la care sunt anexate reprezentări grafice sub formă de yantre. Cei interesaţi de cunoaşterea adevărului, în sensul său cel mai profund, îşi pot alege yantra corespunzătoare subiectului de meditaţie dorit. Prin simpla concentrare asupra unei yantre, în spiritul practicantului se va produce un salt informaţional şi vibratoriu extrem de important, care îl va schimba total ca persoană. Acest efect poate fi mult amplificat cu ajutorul cristalului anexat cărţii, care este adus de către autor chiar de pe Crucea Energetică a Terrei.

Practicând zilnic, cu răbdare şi perseverenţă, temele de meditaţie descrise în carte, se poate ajunge la o evoluţie spirituală deosebită, care va conduce, ulterior, la revelaţii nemaipomenite, ce nu pot fi descrise în cuvinte. În acest mod, se va putea cunoaşte în profunzime atât propria persoană, cât şi universul în care trăim.

6. SĂNĂTATE ŞI VITALITATE, de Elena Niţă Ibrian ..... 45.000 lei

Binecunoscuta autoare şi terapeută naturistă ne oferă din nou, cu aceeaşi generozitate, o carte de mare importanţă pentru tratarea numeroaselor afecţiuni. Lucrarea este foarte importantă şi pentru cititorii interesaţi de evoluţia spirituală, deoarece reţetele descrise conduc la purificarea corpului fizic şi a corpurilor fine, ceea ce are un rol hotărâtor în practica spirituală.

7. CUNOAŞTEREA ADEVĂRULUI, de Ion Kaza.....50.000 lei

Această carte reprezintă o adevărată lucrare de referinţă pentru cititorul interesat să descopere adevărul despre om şi Univers. În paginile ei, autorul oferă spre cunoaştere, celor interesaţi de evoluţia spirituală, căile pe care el le consideră cele mai potrivite în acest scop.

Oricare ar fi însă drumul ales de fiecare, condiţia esenţială pentru a-l străbate este, bineînţeles, IUBIREA, experimentată în toate formele ei de manifestare. Prin sârguinţa de care a dat dovadă în ascensiunea pe drumul către adevăr, autorul Ion Kaza poate fi considerat, pe bună dreptate, un iniţiat al acestor timpuri. El consideră că este de datoria lui să împărtăşească şi altora din tainele ce i-au fost dezvăluite, TAINE pe care toţi cei deschişi spre cunoaştere le pot afla, citind această carte.

8. ŞCOALA VISELOR, de C.D. Ollen Hollen..... 50.000 lei
Această carte, apărută de curând într-o nouă ediţie, îmbunătăţită, este cea mai senzaţională lucrare despre INIŢIEREA prin intermediul viselor. Autorii transmit mesajul subtil al entităţilor din astral, care sunt gata oricând să dăruiască această iniţiere tuturor celor interesaţi de evoluţia spirituală.
Tehnicile recomandate în paginile cărţii nu sunt riscante, ele fiind cunoscute de mii de ani şi practicate şi astăzi, de către numeroşi cititori ai lui Carlos Castaneda, care au înţeles subtilităţile artei de a visa. Prin intermediul viselor, se poate parcurge propria cale spirituală.
Cartea este, totodată, şi un manual pentru călătorii astrale. De asemenea, ea prezintă nenumărate informaţii utile, în legătură cu entităţile pe care le putem întâlni în vis şi de la care primim mesaje.
9. TRECEREA VRĂJITORILOR, de Taisha Abelar ..... 60.000 lei
Din paginile acestei cărţi cu adevărat extraordinare, cititorul poate afla o poveste adevărată despre iniţierea unei femei într-o realitate diferită, aflată dincolo de limitele vieţii de zi cu zi. Autoarea este, de fapt, personajul principal al cărţii, fiind totodată membră a grupului de vrăjitori din care face parte şi Carlos Castaneda. Zbuciumul ei pentru a-şi depăşi rezistenţele interioare şi eforturile sale de a înţelege conceptele abstracte, sunt descrise într-un mod uimitor. Cartea arată cum o femeie a devenit ŞAMAN, după un proces riguros de pregătire fizică şi mentală, menit să-i distrugă barierele percepţiei obişnuite.
10. JOCUL VIEŢII ŞI CUM SĂ-L JOCI, de Florence Scovel Shinn
..... 25.000 lei
Este o lucrare deosebit de utilă pentru evoluţia spirituală, pentru probleme materiale, de sănătate sau de familie. Autoarea consideră viaţa un JOC, ale cărui reguli ne sunt dezvăluite de Vechiul şi Noul Testament. Ea ne propune adevărate "reţete", pentru a obţine din "banca universală" tot ce ne dorim, pornind de la ideea că suntem perfecţi în mintea divină şi că, fiind copii ai lui Dumnezeu, dacă respectăm Legea, ni se cuvine orice. După cum veţi vedea în paginile cărţii, imaginaţia, gândurile, puterea cuvântului, credinţa, îl pot conduce pe om fie spre succes, sănătate sau împlinire, fie spre dezastru. Depinde de alegerea noastră, a fiecăruia, ce vom deveni pe parcursul vieţii.
11. TAO ŞI ARTA DE A IUBI, de Jolang Chang ..... 25.000 lei
Prin tehnica TAO se poate obţine o satisfacţie sexuală egală a ambilor parteneri, indiferent de vârsta sau condiţia lor fizică. Practicând

tao, veţi descoperi că izvorul dragostei şi al sexualităţii este inepuizabil precum Universul şi că adevărata voluptate a actului sexual este extazul a două corpuri şi a două suflete, care se unesc şi comunică în aceeaşi stare poetică. Cartea de faţă, pe care v-o recomandăm cu căldură, este o lucrare de referinţă pentru toate gusturile şi pentru toate vârstele.

12. METODA SECRETĂ USUI ....15.000 lei

Cartea cuprinde o senzaţională descriere a unei metode milenare de echilibrare energetică, de curând revelată în România, care poate să accelereze evoluţia spirituală şi redobândirea sănătăţii fizice şi psihice.

Efectele benefice apar incredibil de repede. Merită să încercaţi!

13. ZEN ADEVĂRAT, de Taisen Deshimaru ..... 25.000 lei

Adevăratul Zen conferă omului energia naturală, care se regăseşte, de fapt, în fiinţa umană. El frânează apariţia bolilor şi conduce la aflarea căii spre adevărata fericire.

14. VIAŢA ÎN SFERE ÎNDEPĂRTATE PĂMÂNTENILOR, de Alexandra Lisette Badea ..... 25.000 lei

Lectura cărţii oferă cititorilor şansa de a intra în rezonanţă cu entităţi din lumi îndepărtate, mult mai evoluate spiritual decât oamenii.

15. DIALOG ÎN ABSOLUT, de Ghelasie Gheorghe..... 25.000 lei

16. MEDICINA ISIHASTĂ, de Ghelasie Gheorghe ..... 25.000 lei

În curs de editare:

1. Secretele arborelui sefirotic, de Gicu Dan
2. Leacuri şi remedii magice din Carpaţi, de Conel Dan Nicolae
3. YOGA energiei, de Roger Clerc
4. AROMOTERAPIA, de dr. Carmen Sandu

Anunţ important: cititorii care doresc să devină abonaţi permanenţi ai editurii noastre, pot beneficia de următoarele avantaje:

- vor primi cu prioritate noile apariţii editoriale în termen cinci zile de la publicare;
- o reducere de 5% pentru o comandă de trei cărţi cu acelaşi titlu sau cărţi în valoare de 250.000 lei;
- o reducere de 10% pentru o comandă de cinci cărţi cu acelaşi titlu sau cărţi în valoare de 400.000 lei;
- o reducere de 15% pentru o comandă de 10 cărţi cu acelaşi titlu sau cărţi în valoare de 600.000 lei;

Adresa noastră este C.P. 98, O.P. 1, Deva 2700, jud. Hunedoara, tel. 054/22.48.15, e-mail: fachirus@yahoo.com (http: fachirul.ebony.ro)

METODA SECRETĂ USUI
sau
ARTA FOLOSIRII ENERGIEI UNIVERSALE
terapia mileniului III

De ce sunteţi bolnavi? De ce sunteţi nefericiţi? De ce nu aveţi aveţi bani? De ce nu aveţi succes? De ce sunteţi vlăguiţi? Răspunsuri şi rezolvarea acestor probleme le puteţi obţine rapid şi cu un minim de efort, practicând METODA SECRETĂ USUI.

Afecţiuni care pot fi tratate sau ameliorate:

anemie, afecţiuni hepato-biliare, artrită, bronşită, calculi biliari, colică biliară, hipertensiune arterială, diaree, dureri în gât, febră, frisoane, hepatită, greaţă, nevralgii, ciclu neregulat, migrene, boli de rinichi, sciatică, scleroză în plăci, stres, pareze şi semipareze, ameţeală, ulcer gastric şi duodenal, oboseală, afecţiuni oculare sau ale sinusurilor (rinite), disfuncţia glandelor epifiză şi hipofiză, stresul, anxietatea. De asemenea, practicând această metodă se măreşte puterea de concentrare şi claritatea în gândire; este indicată în tratarea stărilor depresive şi a migrenelor; stimulează memoria şi creativitatea, acţionează asupra părţii inferioare a creierului şi asupra măduvei, micşorează teama şi iritarea, instalează o stare de bună dispoziţie şi seninătate. Este indicată pentru tulburările de vorbire şi de vedere, tratarea spondilozei cervicale şi a coloanei vertebrale; ajută în tratarea astmului bronşic şi a oboselii; este utilă în afecţiunile sistemului nervos şi în tratarea afecţiunilor pulmonare; reduce mânia, gelozia, ostilitatea, stările tensionale; redă încrederea în sine; stimulează echilibrarea minţii; stimulează drenarea limfatică; redă capacitatea de a iubi; instalează o stare de calm, linişte interioară, armonie şi stabilitate; acţionează asupra ficatului, stomacului, splinei, vezicii biliare, plexului solar; îmbunătăţeşte digestia, relaxează, măreşte claritatea şi discernământul, ajută la menţinerea sănătăţii sexuale; tratează prostata şi bolile aparatului uro-genital, ale vezicii urinare, ajută în combaterea constipaţiei şi diareei, etc.

Toate problemele oamenilor au la originea lor iluzia separării sau izolării de mediul înconjurător. Prin armonizarea cu ENERGIA UNIVERSALĂ, se ajunge la o împlinire a Sinelui şi la o trezire

conştientă a sentimentului de *libertate*, care ne ajută să-L percepem mai uşor pe DUMNEZEU, alungînd astfel pentru totdeauna din viaţa noastră sentimentul de singurătate şi incertitudine.

Această metodă nu crează dependenţă de un maestru spiritual. Ea ne ajută să fim mai aproape de DUMNEZEU.

ARTA FOLOSIRII ENERGIEI UNIVERSALE a fost cunoscută şi aplicată încă din antichitate de un *număr mic de iniţiaţi*, fiind considerată o metodă SECRETĂ. Este recomandată în mod deosebit practicantului care îşi caută LIBERTATEA SPIRITULUI, pentru că îl ajută să devină EL ÎNSUŞI.

Armonizarea este valabilă pentru toată viaţa şi se poate efectua, la cerere, şi de la distanţă, prin intermediul unei fotografii.

Gândurile şi acţiunile umane negative atrag entităţi negative, care se hrănesc cu energia de joasă vibraţie emisă de aceşti oameni. În situaţia în care gândurile şi acţiunile oamenilor sunt pozitive, entităţile pozitive se apropie de ei, influenţându-i în mod benefic. Astfel, se poate transforma omenirea şi mediul înconjurător.

Pentru a lua legătura cu un instructor experimentat care să vă armonizeze cu ENERGIA UNIVERSALĂ, expediaţi fotografia personală la următoarea adresă: Zamfir Marian, CP 98 OP 1 Deva, cod 2700, jud. Hunedoara, tel: 054 - 22.48.15. Persoanele care doresc să beneficieze de un tratament de echilibrare energetică prin METODA SECRETĂ USUI pot expedia fotografia şi apoi după 4 zile vă recomandăm să ne contactaţi telefonic pentru confirmare.

OFERTĂ SPECIALĂ: Vă oferim posibilitatea să vă accelerati evoluţia spirituală, urmând cursurile de iniţiere şi perfecţionare în: metoda secretă Usui sau arta folosirii energiei universale (nivelele I, II, III, IV); dietoterapie - alimentaţie de viaţă lungă (determinarea încărcăturii energetice a alimentelor, gruparea alimentelor, diferite afecţiuni); pranoterapie (noţiuni despre ceakre, corpuri fine, refacerea corpurilor fine); relaxare, autosugestie, puterea subconştientului, concentrare, meditaţie; stimularea zonelor reflexogene.

ASTROGRAME şi NUMEROGRAME la cerere: vă oferim posibilitatea de a cunoaşte ce vă rezervă viitorul, prin intermediul astrogramei explicate.Se poate solicita o astrogramă: karmică; pentru anul în curs; pentru întreaga viaţă; pentru a determina compatibilitatea cu partenerul (partenera) dumneavoastră.

32.000 lei

B.C.U. „M. EMINESCU" IAŞI

BCU IASI / CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

Este o lucrare de referinţă, adresată atât începătorilor, cât şi avansaţilor pe drumul cunoaşterii spirituale. Cei mai mulţi oameni, în viaţa obişnuită, îşi urmează calea care îi conduce de la naştere la moarte, fără să se întrebe DE CE. Autoarea oferă răspunsuri la această întrebare şi la multe altele, răspunsuri pe care le-a descoperit în timpul propriei căutări spirituale.

În carte mai pot fi regăsite noţiuni vaste despre chakrele şi corpurile omului, despre karma şi aura energetică, despre legătura dintre voinţă, inimă, intelect, suflet şi spirit, precum şi despre energia universală, această forţă cosmică miraculoasă sau forţa vieţii. Cartea oferă, de asemenea, un ajutor preţios celor care doresc să se desăvârşească spiritual şi nu ştiu ce cale spirituală li se potriveşte mai bine. Autoarea reuneşte toate aceste informaţii într-un mod armonios, alături de alte elemente importante: căutarea Adevărului universal, a luminii şi păcii interioare, tehnica meditaţiei, controlul respiraţiei, stăpânirea gândurilor şi a imaginaţiei, cultivarea echilibrului şi a cunoaşterii de sine, şi multe altele, la fel de captivante.

EDITORUL

BCU CLUJ / UNIVERSITY LIBRARY

ISBN 973-85032-1-3